



**TERAPI SHOLAWAT TIBBIL QULUB UNTUK
MENGATASI STRES PADA REMAJA AKIBAT
PERSELINGKUHAN SEORANG IBU DI KELURAHAN
BANJARSUGIHAN KECAMATAN TANDES
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh :

Ulin Nuriyah

B93218173

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Surabaya 2022

PERNYATAAN KEASLIAHAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ulin Nuriyah

NIM : B93218173

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa; skripsi dengan judul “Terapi sholat tibtul qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di kelurahan banjarsugihan kecamatan tandes surabaya”, merupakan karya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik yang telah ditentukan.

Surabaya, 31 Desember 2022
Yang membuat pernyataan,



Ulin Nuriyah
NIM : B93218173

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Ulin Nuriyah

Nim : B93218173

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Terapi Sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Pada Remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu Di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan.

Surabaya,
Menyetujui
Pembimbing,



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.1
NIP:19630303 199203 2 002

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Terapi Sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Pada
Remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu Di Kelurahan
Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya
SKRIPSI

Disusun Oleh:
Ulin Nuriyah
(B93218173)

Tim Penguji

Penguji 1

Penguji 2

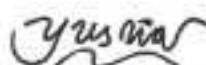


Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I
NIP. 196303031992032002

Penguji 3

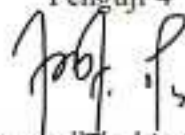


Dra. Psi. Mierriana, M.Si
NIP. 196804132014112001



Yusria Ningsih, S.Ag., M.Kes.
NIP.197605182007012022

Penguji 4



MohamadlThohir, M.Pd.I
NIP.197905172009011007



Surabaya, Januari 2022,

Dekan

Dr. H. A. M. Alim, M.Ag.
NIP. 251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ULIN NURIYAH
NIM : B93218173
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI/BKI
E-mail address : nuriyahulin07@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (... ..)

yang berjudul :

Terapi Sholawat Tibbil Qulub untuk Mengatasi Stres Pada Remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis


(ULIN NURIYAH)
nama terang dan sandi/tangan

ABSTRAK

Ulin Nuriyah, B93218173, 2022. Terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres akibat perselingkuhan seorang ibu pada remaja dan perubahan perilaku remaja setelah diberi terapi sholawat tibbil qulub.

Untuk mendeskripsikan kedua persoalan itu, Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dengan pendekatan deskriptif dan menggunakan jenis penelitian studi kasus dengan teknik analisis deskriptif komparatif untuk menganalisis fenomena ini.

Proses terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stress akibat perselingkuhan seorang ibu pada remaja melalui 5 langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan follow up dan hasil dari penerapan konseling ditandai dengan perubahan positif konseli. Jika sebelum konseling, konseli mengalami percaya diri rendah seperti menutup diri, maka setelah penerapan konseling, konseli menjadi lebih terbuka dibuktikan dengan konseli yang mau membagi cerita dengan temannya. Jika sebelum konseling, konseli mengalami overthinking, maka setelah penerapan konseling, konseli menjadi lebih berfikir positif. Selain itu jika sebelum konseling, konseli mengalami patah semangat, maka setelah pemberian konseling didapatkan konseli merasa lebih optimis dalam menjalani hidup.

Kata kunci : Terapi Sholawat Tibbil Qulub, Stres, Perselingkuhan

ABSTRACT

Ulin Nuriyah, B93218173, 2022. Tibbil Qulub Sholawat Therapy to Overcome Stress Due to Deviant Behavior of a Mother to Children in Banjarsugihan Village, Tandes District, Surabaya.

This study aims to determine the process of sholawat tibbil qulub therapy to overcome stress due to deviations in the behavior of a mother in children and changes in children's behavior after being given sholawat tibbil qulub therapy.

To describe the two problems, this study uses qualitative research methods, with a descriptive approach and uses a case study research type with comparative descriptive analysis techniques to analyze this phenomenon.

The process of sholawat tibbil qulub therapy to overcome stress due to deviations in the behavior of a mother in children through 5 steps, namely problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation and follow-up and the results of the application of counseling are marked by positive changes in the counselee. If before counseling, the counselee experienced low self-confidence such as closing himself off, then after the application of counseling, the counselee became more open as evidenced by the counselee who was willing to share stories with his friends. If before counseling, the counselee experienced overthinking, then after the application of counseling, the counselee became more positive. In addition, if before counseling, the counselee experienced discouragement, then after giving counseling the counselee was found to feel more optimistic in living life.

Keywords: Tibbil Qulub Sholawat Therapy, Stress, Behavioral Deviations

مختصر نبذة

Ulin Nuriyah, B93218173, 2022. قلوب تديل علاج السلوك عن الانحرف عن الإجهاد على التغلب شلوات بانجار سوجيهان قرية في لأط فال لأم المنحرف ، سورابايا ، تاندس مقاطعة .

ال تديل سلوة علاج عملية تحديد إلى الدراسة هذه تهدف في الانحرافات عن الناتج الإجهاد على التغلب القلوب الأظ فال سلوك في والتغيرات الأظ فال عند الأم سلوك القلوب التديل سلوة علاج تناول بعد .

ال بحث طرق الدراسة هذه تستخدم ، المشكلتين لوصف دراسة بحث نوع وتستخدم ، وصد في بمنهج ، النوعي لتحليل المقارن الوصف في التحليل تقنيات مع الحالة الظاهرة هذه .

الإجهاد على التغلب القلوب تديل سلوة علاج عملية من الأظ فال عند الأم سلوك في الانحرافات عن الناتج والتشخيص المشكلة تحديد وهي خطوات 5 خلال ونائج والمتابعة والتقييم والعلاج والتشخيص خلال من .عليها علامة وضع يتم الاستشارة تطابق كان إذا .المستشار في الإيجابية التغيرات الثقة تدني من الاستشارة قبل يعاني المستشار تقديم بعد ثم ، نفسه على الانغلاق مثل بالنفس يتضح كما انفتاحًا أكثر المستشار أصبح ، الاستشارة القصص لمشاركة استعداد على كان الذي المستشار من في الإفراط من عانى قد المستشار كان إذا .أصدقائه مع تقديم بعد ثم ، المشورة تقديم قبل التفكير بالإضافة .إيجابية أكثر المستشار أصبح ، المشورة

قبل الإحباط من يعاني المستشار كان إذا ، ذلك إلى أن وجد المشورة تقديم ف بعد ، المشورة تقديم الحداثة في التفاوض من بمزيد يشعر المستشار المعيشية.

، اطت الشل قلب ت بيل علاج :المفتاحية الكلمات السلوكية الأخرافات ، النفس الضغط

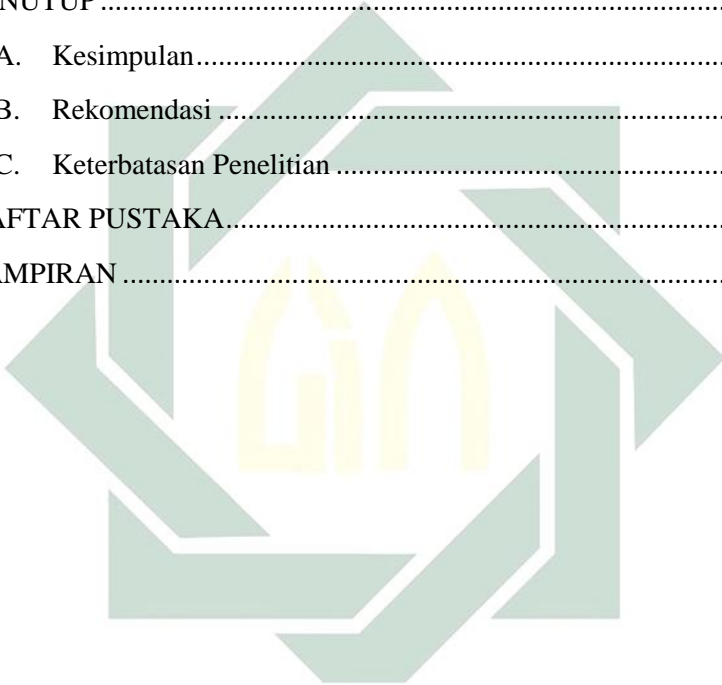


DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI.....	iii
MOTTO & PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAHAN KARYA	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
مختصر نبذة.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Konsep.....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II.....	11
KAJIAN TEORITIK	11
A. Kerangka Teoritik.....	11

1.	Terapi Sholawat Tibbil Qulub	11
2.	Stres	15
3.	Perselingkuhan	19
4.	Terapi Sholawat Tibbil Qulub dapat Mengatasi Stres pada Remaja karena perselingkuhan orang tua	20
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan	23
BAB III	29
METODE PENELITIAN	29
A.	Metode Penelitian	29
1.	Pendekatan dan Jenis Penelitian	29
2.	Sasaran dan Lokasi Penelitian	30
3.	Jenis dan Sumber Data	31
4.	Tahap-Tahap Penelitian	33
5.	Teknik Pengumpulan Data	34
6.	Teknik Validitas Data	38
7.	Teknik Analisis Data	39
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A.	Gambaran Umum Subjek Penelitian	41
1.	Deskripsi Lokasi Penelitian	41
2.	Deskripsi Konselor	42
3.	Deskripsi Konseli	44
4.	Deskripsi Permasalahan Konseli	47
B.	Penyajian Data	49

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	69
1. Perspektif Teori	69
2. Perspektif Islam	74
BAB V	77
PENUTUP	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Rekomendasi	78
C. Keterbatasan Penelitian	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	85



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perselingkuhan merupakan tindakan seseorang yang menyimpang dari norma dan hukum yang berlaku di masyarakat. Sangat banyak penyimpang perilaku yang terjadi di dalam rumah tangga. Salah satu bentuk penyimpangan di dalam rumah tangga adalah perselingkuhan.

Perselingkuhan adalah suatu perbuatan yang sangat bertentangan dalam agama. Proses penyatuan antara dua karakter pasangan yang berbeda memang sangat sulit. Masalah dalam keluarga datang bergantian. Kerenggangan dalam masalah sering terjadi dalam keluarga yang disebabkan oleh perselingkuhan. Perselingkuhan terjadi karena beberapa faktor. Kurangnya pemahaman seseorang terhadap ilmu agama juga menjadi salah satu faktor perselingkuhan. Perselingkuhan juga dapat terjadi karena kurangnya perhatian pada pasangan, kurangnya waktu terhadap pasangan juga sangat berpengaruh. Semua faktor bisa memberikan dampak terutama pasangan merasa kesepian dan kurang perhatian. Selain itu, komunikasi juga sangat penting dalam suatu hubungan. Komunikasi yang buruk bisa menjadi penyebab perselingkuhan. Dampak utama perselingkuhan sangat besar bagi keluarga terutama remaja. Remaja akan kehilangan kepercayaan kepada orang tuanya sendiri. Remaja akan merasa stres,

remaja akan tertekan dan bisa menunjukkan rasa protesnya dengan perubahan fisik dan mental. Fenomena keluarga tidak utuh disebabkan perselingkuhan, bahkan tersebar di televisi, media sosial banyak kasus tentang peselingkuhan.

Menurut Pingkan C.B, dampak perselingkuhan bagi remaja sangat banyak, baik dampak dalam jangka pendek ataupun jangka panjang. Dampak jangka pendek terhadap remaja, remaja akan merasa bersalah dan terus menyalahkan diri bahwa permasalahan ini disebabkan olehnya. Dampak jangka pendek biasanya terjadi pada remaja atau remaja-remaja, mereka belum memahami benar apa yang terjadi diantara orang tuanya. Remaja hanya melihat hubungan keluarganya menegang dan mengira bahwa ketegangan yang ada adalah kesalahan remaja. Remaja juga merasa malu apabila perselingkuhan orang tua mereka jadi bahan perbincangan rekan ataupun keluarga besar. Remaja merasa tidak sejahtera dirumah.² Ada beberapa larangan perselingkuhan dalam Al-Qur'an, Allah berfirman dalam Q.S. An-Nisa Nur [24]:2

الرَّانِيَةُ وَالرَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ
بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ
وَلِيُشْهَدَ عَذَابُهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ

² Bunga Citra, Orangtua Selingkuh, Ini Dampak Buruk Terhadap Remaja, <https://lifestyle.bisnis.com/read/20131208/236/191118/orangtua-selingkuh-ini-dampak-buruk-terhadap-remaja>, diakses pada 8 Desember 2020.

“Perempuan pezina serta laki-laki pezina, cambuk masing-masing dari mereka berkali-kali, dan jangan menunjukkan rasa kasihan terhadap mereka untuk mencegah kamu dari (melaksremajaan) agama (hukum Allah), apabila kamu percaya kepada Allah serta hari akhir; kemudianan biarlah (pelaksanaan) hukuman mereka dilihat oleh sebagian dari orang yang beriman.”³

Menurut Hans Selye dalam Donsu stres adalah bentuk respon akibat tekanan yang ada di dalam diri individu.⁴ Stres bisa terjadi akibat tidak sesuainya harapan dan kenyataan seseorang. baik harapan jasmaniyah maupun rohaniyah. Stres bisa dirasakan oleh siapa saja, tidak memandang usia. Remaja remaja pun juga dapat stres. Remaja-remaja lebih sulit untuk mengungkapkan apa yang dirasa. Kondisi stres pada remaja sangat sulit dikenali. Padahal, jika stres pada remaja dibiarkan terus menerus akan menimbulkan permasalahan yang cukup serius misalnya terganggunya kegelisahan sampai depresi.

Kasus yang diangkat dalam penelitian berikut ialah, seorang remaja perempuan berusia 13 tahun dimana sudah ditinggal ayahnya sejak berumur 8 tahun (remaja yatim). Konseli duduk di bangku kelas 7 MTs, Konseli merupakan salah satu

³ Al-Qur'an, *An-Nisa* : 2

⁴ Sudirman, Nida Amalia, “Pengaruh Mendengarkan Terapy Shalawat Terhadap Penurunan Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda”, *Borneo Student Research*, (Vol.1 No.2 Tahun 2020), hal. 1211.

santri di Pondok Pesantren di daerah Surabaya Barat. Konseli dekat dengan konselor sehingga konselor memperhatikan tingkah laku konseli setiap hari. Konseli setiap hari terlihat sangat murung dan jarang sekali berkomunikasi dengan temannya, konseli lebih senang menyendiri dan terkadang konseli lebih memilih tidur daripada bermain dengan temannya. Teman-temannya pun bingung melihat tingkah laku konseli. Dari sini peneliti pun tertarik ingin mengetahui penyebab konseli murung dan sedih. Konseli bercerita kepada konselor ternyata konseli mengalami stres memikirkan ibunya yang berselingkuh dengan adik ayahnya sendiri yang sudah memiliki keluarga. Konseli bercerita semenjak ayahnya meninggal, hidup mulai berantakan, menginjak umur 11 tahun konseli mengetahui perselingkuhan ibu dan pamannya, konseli sangat syok dan sedih. Pamannya sangat sering menginap di rumahnya, walaupun paman sudah memiliki rumah Bersama keluarganya. Paman yang dulu sangat dekat dengannya sekarang bermain dengan ibunya di belakang keluarganya. Konseli merasa bingung memendam rahasia ini sendirian. Dia sangat kecewa dengan ibunya.

Dengan kondisi seperti itu, konseli merasa hidupnya tak berarti, seorang ibu yang seharusnya menjadi panutan memberi contoh yang sangat buruk padanya. Maka dari itu konseli memutuskan untuk tinggal di pondok (mondok) supaya tidak melihat perselingkuhan ibu dan pamannya.⁵

⁵ Hasil Wawancara dengan Konseli pada tanggal 6 September pukul 16.00 WIB.

Terapi yang dipergunakan dalam penelitian berikut ialah Terapi Sholawat *Tibbil Qulub*. Sholawat *Tibbil Qulub* bisa juga disebut Sholawat Syifa yang berarti obat. Obat yang dimaksud adalah penyembuh segala macam penyakit. Sholawat *Tibbil Qulub* bisa mengobati hati yang gundah, cemas, gelisah, dan mengobati segala macam penyakit dhoir maupun bathin. Bersholawat adalah ibadah yang diperintahkan Allah kepada umatnya. Membaca sholawat sama halnya kita berdoa kepada Allah.

Dengan begitu, peneliti mengharapkan terapi sholawat *Tibbil Qulub* bisa menurunkan stres pada konseli.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses terapi sholawat *tibbil qulub* untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya?
2. Bagaimana perubahan perilaku remaja setelah diberi terapi sholawat *tibbil qulub* untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, dimana tujuan penelitian ini meliputi:

1. Untuk mengetahui proses terapi sholawat *tibbil qulub* untuk mengatasi stres pada remaja akibat

- perselingkuhan seorang ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya.
2. Untuk mengetahui perubahan perilaku remaja setelah diberi terapi sholawat *tibbil qulub* untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Pada penelitian berikut, peneliti berharap dapat menyumbangkan ilmu tentang pelaksanaan terapi sholawat *tibbil qulub* untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu. Mengharapkan skripsi ini mampu menjadi suatu tolok ukur bagi remaja yang mengalami stres akibat orang tua nya berselingkuh agar lebih percaya diri bahwa banyak yang memiliki masalah yang sama bahkan lebih dari yang dialami. Serta menjadikan terapi sholawat *tibbil qulub* ini untuk mengatasi stres.

2. Aspek Praktis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber pedoman serta pengamalan terapi islam dalam penanganan konseli.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi tentang terapi sholawat *tibbil qulub* dimana mudah dimengerti dan dipraktikkan untuk konseli dan semua orang.

E. Definisi Konsep

Untuk memudahkan penelitian, peneliti membatasi sub bab dimana akan dipaparkan guna memberikan pemahaman istilah yang digunakan penelitian ini dengan judul “ Terapi Sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Pada Remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu Di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya”. Berikut adalah paparan definisi konsep dalam penelitian ini:

1. Terapi Sholawat Tibbil Qulub

a) Pengertian Terapi Sholawat Tibbil Qulub

sebelum menjelaskan terapi Sholawat Tibbil Qulub, akan dijelaskan pengertian terapi, yaitu penyembuhan untuk individu yang mengalami gangguan psikologis dimana dilakukan dengan tersusun dan berlandaskan unsur al-qur'an serta assunah.⁶ Pengertian terapi islam berdasarkan pendapat Yusuf juga Nurisyin proses motivasi untuk seseorang supaya lebih mempunyai kepercayaan untuk “ *come back to religion* ” dimana agama bisa memberi kecerahan bagi individu dalam merubah pola pikir, sikap yang bisa membuat manusia terbebas dari mentalitas yang tidak sehat.⁷

Sholawat *Tibbil Qulub* biasa dikenal dengan sholawat syifa yang artinya obat. Sholawat tibbil qulub mulai terdengar familiar ditelingga masyarakat Indonesia pada awal masuknya virus corona, masyarakat percaya bahwa sholawat *tibbil qulub* ini bisa menjadi penangkal virus. Tidak hanya

⁶ Taufiq, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*. (Jakarta: Gema Insani, 2006), hal. 13

⁷ Syaiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: ELSAQ Press, 2007), hal. 97-98.

untuk penangkal virus sholat *tibbil qulub* ini memiliki kelebihan yaitu bisa menyembuhkan segala penyakit, termasuk juga penyakit hati. Di dalam bacaan sholat *tibbil qulub* ada tawassul kepada nabi Muhammad SAW.

Berdasarkan pengertian tersebut, maka yang dimaksud dengan terapi Sholawat Tibbil Qulub adalah proses terapi dengan menggunakan sholat *tibbil qulub* yang dilakukan untuk memperbaiki diri dari kebiasaan jelek agar lebih sehat dengan suatu cara yang dilakukan secara berulang-ulang dan teratur.

2. Stres

Berlandaskan kamus Webster, stres bersumber dari bahasa latin, yakni *strictus* yang artinya kesulitan, keputusan, serta penderitaan.⁸

Sedangkan menurut Profesor Djun, stres merupakan bagian kehidupan manusia normal, dan stres akan terus ada sepanjang kehidupan manusia.

Stres tidak memandang umur. Pada remaja balita juga mengalami stres tetapi dengan manifestasi yang berbeda, karena mereka tidak bisa bicara secara jelas, balita hanya bisa menangis. Stres pada balita bisa disebabkan karena tidak cocok susu, tidak cocok makanan. Stres yang dialami remaja sekolah dasar, mereka stres karena berbagai tuntutan belajar, les privat, ujian. Setelah beranjak dewasa tingkat stres yang dialami remaja adalah tentang pergaulan, pertemanan sampai asmara. Seseorang yang sudah berumah tangga juga rentan stres banyak sekali

⁸ Farida Aryani, *Stres Belajar*, (Sulawesi : Edukasi mitra grafika 2016), hal. 9.

perbedaan antar pasangan yang terkadang memicu terjadi stres, bahkan sampai orang dikatakan lansia pun mereka tetap mengalami stres.⁹

Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan stres bisa terjadi karena seseorang merasa menghadapi bahaya, tekanan ataupun perubahan. Stres terjadi disebabkan pikiran serta keadaan yang menjadikan individu cemas, marah, sedih. Sehingga diperlukan cara mengelola stres bukan menghindari stres.

3. Perselingkuhan

Selingkuh menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan tindakan suka berbohong, tidak berterus terang dan menyembunyikan sesuatu demi kepentingan diri sendiri.¹⁰ Selingkuh juga bisa dibidang menyembunyikan hubungan antara dua orang yang salah satu atau dua-duanya sama-sama memiliki keluarga. perselingkuhan terjadi biasanya karena ada ketidak puasan diantara salah satu pasangan suami istri. Selingkuh juga bisa dilakukan seseorang yang sudah lama ditinggal oleh pasangannya (cerai ataupun meninggal) karena merasa kurangnya perhatian.

⁹ Jazak Yus Afriansyah, *Stess?So What*, (Jakarta : Elex Media Komputindo 2014), hal. 11

¹⁰ Nur fadillah, *Metode anti perselingkuhan&perceraian*, (Genius publisher), hal. 28.

Setiap pasangan memiliki potensi untuk berselingkuh. Dalam dunia kerja sangat rawan terjadi perselingkuhan. Perselingkuhan juga dapat diartikan kedekatan seseorang dengan orang lain selain pasangannya baik secara emosional maupun seksual. Dalam perkawinan perselingkuhan berarti suami atau istri memiliki suatu hubungan tersembunyi diluar perkawinannya.

Menurut Rosenberg, menjelaskan bahwa perselingkuhan dibagi menjadi 2 yaitu sexual infidelity dan emotional infidelity. Perselingkuhan secara seksual adalah pelanggaran eksklusivitas hubungan seksual mulai dari mencium atau memeluk seseorang yang bukan pasangannya. Sedangkan, perselingkuhan secara emosi dapat diartikan adanya ikatan emosi yang kuat atau adanya perasaan terhadap orang lain yang bukan pasangannya atau pasangan orang lain. Perselingkuhan yang paling kuat adalah perselingkuhan seksual dan emosi.¹¹

F. Sistematika Pembahasan

Gambaran sistematika bahasan dalam penelitian berikut bertujuan untuk memudahkan pembaca untuk memahami isi dari skripsi ini, pembahasan terbagi dalam 5 bab pokok pembahasan meliputi:

Bab I pada penelitian berikut berisi mengenai latar belakang permasalahan, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, pengertian konsep ataupun sistematika bahasan.

¹¹ Kenneth Paul Rosenberg, *Infidelity: why men and women cheat*, (New York: De Capo Press, 2018), hal. 26.

Bab II pada penelitian berikut berisi tentang kajian teoritik, dalam bab ini terbagi dalam dua sub bab, sub bab awal yakni pembahasan teori dimana meliputi Terapi Sholawat Tibbil Qulub, yang terdiri dari pengertian terapi sholawat tibbil qulub, manfaat sholawat tibbil qulub, dalil tentang anjuran bersholawat. Stres yang terdiri dari pengertian stres, macam-macam stres, gejala stres dan dampak stres. Perselingkuhan yang terdiri dari pengertian perselingkuhan, faktor penyebab perselingkuhan dan dampak perselingkuhan, terapi sholawat tibbil qulub dapat mengatasi stress pada remaja karena perselingkuhan orang tua. Sub bab yang kedua yaitu penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III dalam penelitian ini berisi mengenai metode penelitian dimana didalamnya mencakup pendekatan serta jenis penelitian, sasaran dan tempat penelitian, prosedur pengembangan, jenis serta sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab IV dalam penelitian ini berisikan mengenai analisis data serta proses hasil dari penerapaaan Terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di kelurahan banjarsugihan kecamatan tandes surabaya.

Bab V dalam penelitian ini berisi tentang kesimpulan, saran, rekomendasi, kemudian keterbatasan dalam penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kerangka Teoritik

1. Terapi Sholawat Tibbil Qulub

a) Pengertian Terapi Sholawat Tibbil Qulub

Terapi adalah suatu proses yang dilakukan untuk memperbaiki diri dari kebiasaan jelek agar lebih sehat dengan suatu cara dimana dilaksremajaan secara terus menerus serta teratur.¹² Berdasarkan kamus besar bahasa Indonesia terapi ialah cara atau upaya dalam pemulihan kesehatan seseorang yang terkena penyakit.¹³ terapi salah satu upaya dimana organ tubuh yang awalnya tidak berfungsi secara baik dan diaktifkan dengan melakukan rangsangan untuk merilekskan otot-otot dan pembuluh darah.¹⁴

Pengertian Sholawat Tibbil Qulub ataupun yang biasa disebut sebagai sholawat Nuril Absor adalah salah satu sholawat thibbiyah yang terdapat kandungan untuk bertawasul kepada Nabi Muhammad SAW dan memiliki kelebihan sebagai penawar jasmani serta rohani.

¹² Lukman Hakim, *Terapi Qurani: untuk Kesembuhan dan Rizi Tak Terduga*, (Jakarta: Link Consulting, 2012), hal. 13

¹³ A.A. Waskito, *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Wahyu Media, 2009), hal. 612

¹⁴ Paulus Sudarno, *Manajemen Terapi Motivasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009), hal. 01

Sholawat tibbil qulub dikhususkan untuk menyembuhkan bermacam penyakit.¹⁵

Sholawat Tibbil Qulub :

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوبِ وَدَوَائِهَا، وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشِفَائِهَا، وَنُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا، وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلِّمْ

“Ya Allah, berilah sholawat terhadap junjungan kami Muhammad yang sesungguhnya adalah penyembuh hati serta obatnya, dia memberi tubuh serta mengobatinya, dia merupakan cahaya mata hati serta cahayanya, dia membuat tubuh menjadi kokoh. Limpahkan sholawat untuk orang yang dicintainya.”¹⁶

Dapat disimpulkan pengertian Terapi Sholat Tibbil Qulub adalah proses terapi dengan menggunakan sholawat tibbil qulub yang dilakukan untuk memperbaiki diri dari kebiasaan jelek agar lebih sehat dengan suatu cara yang dilakukan secara berulang-ulang dan teratur.

b) Manfaat Sholawat Tibbil Qulub

Apabila membaca sholawat tibbil qulub dengan rutin dan mengamalkannya selaku wirid ataupun dzikir niscaya dapat mengobati tubuh dari berbagai macam penyakit,

¹⁵ Muhammad Muhyidin, *Sholawat Nabi*, (Jogjakarta: Diva Press, 2009), hal. 129-133

¹⁶ Fuad SN, *Shalluu Alan Nabi*, (Jakarta: Turos Pustaka, 2018), hal. 109-110.

menghilangkan rasa tertekan dan cemas, menciptakan ketenangan batin, menyembuhkan dari rasa was was, serta mencegah terjadinya penyakit hati.

Syaikh Ahmad Asshawi, mengatakan jika sholat tibiil qulub dibaca dengan 400 kali ataupun 2000 kali serta dianiatkan untuk orang sakit, sehingga atas izin Allah, penyakit apa pun dapat pulih.

Menurut pendapat KH Muhammad bin Abdullah Faqih sholat tibiil qulub ini ampuh dalam memelihara kesehatan tubuh serta menjadi pencegah semua penyakit dzahir maupun bathin.¹⁷

Kesimpulan manfaat sholat tibiil qulub yaitu sholat ini dapat menyembuhkan segala penyakit batin dan dhoir, untuk meminta kesembuhan orang lain bisa membacakan sholat tibiil qulub untuk mendapatkan kesembuhan untuk orang yang sakit, selain itu membaca sholat juga akan mendapat pahala.

c) Dalil Tentang Anjuran Bersholawat

Adapun dalil-dalil yang menganjurkan untuk selalu bersholawat:

(1) Q.s Al-Ahzab ayat 56

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ
أَمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

¹⁷ KH Muhammad bin Abdullah Faqih, Majmu'ah Maqruat Yaumiyah Wa Usbu'iyah, (Lamongan : Langitan Press, 2018), hal. 47

“Sesungguhnya Allah serta utusan malaikat-Nya memohon kepada Allah untuk Nabi. Wahai orang yang beriman! Bershalawat kepada Allah untuk Nabi serta sambutlah salam dengan penuh hormat.”¹⁸

Pada surah Al-Ahzab ayat 56 tersebut menjelaskan dimana tidak hanya manusia yang dianjurkan bersholawat kepada Nabi Muhammad melainkan juga para Malaikat juga bersholawat atas Nabi Muhammad.

(2) HR.Abu Daud

عن أوس بن أوس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إنَّ مِنْ أَفْضَلِ أَيَّامِكُمْ يَوْمَ الْجُمُعَةِ، فَأَكْثَرُوا عَلَيَّ مِنَ الصَّلَاةِ فِيهِ، فَإِنَّ صَلَاتَكُمْ مَعْرُوضَةٌ عَلَيَّ. فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَكَيْفَ تُعْرَضُ صَلَاتُنَا عَلَيْكَ وَقَدْ أَرَمْتَ؟ قَالَ: يَقُولُ بَلِيَّتٍ. قَالَ: إِنَّ اللَّهَ حَرَّمَ عَلَيَّ الْأَرْضَ أَجْسَادَ الْأَنْبِيَاءِ. رواه أبو داود بإسناد صحيح

“ Dari Aus bin Aus RA ia berkata : Rasulullah Shallallahu alaihi wassalam bersabda : Sesungguhnya hari terbesarmu ialah hari Jum'at, maka perbanyaklah do'amu kepadaku pada hari itu, mengingat shalawatmu telah diturunkan kepadaku. Lalu teman-teman mengatakan bagaimana seharusnya shalawat kami

¹⁸ Al-Qur'an, Al-Ahzab : 56

disampaikan kepadamu ketika engkau telah dimusnahkan? Aus berkata Rasulullah shallallahu 'alaihiwassalam berkata aku dimusnahkan? Dia berkata bahwa Allah telah mengharamkan bumi untuk memakan jasad para Nabi.''¹⁹

2. Stres

a) Pengertian Stres

Stres merupakan respon psikofisiologis seseorang akibat adanya rasa tertekan, ancaman, disforia, maupun kesedihan yang disebabkan karena terjadinya ketidakseimbangan antara harapan dengan kenyataan yang diinginkan.²⁰

Stres dalam arti umum adalah adaptasi yang menimbulkan reaksi atau respon dalam pelaksanaan stresor dimana berasal dari dalam ataupun luar seseorang dan bersifat nyata ataupun tidak. Bentuk dari stres beranekaragam tergantung sifat stresor yang sedang dihadapi serta kemampuan untuk menghadapinya atau yang biasa disebut coping skills, jika stresor yang dilaksremajaan mampu diatasi oleh individu dimana tidak dapat menimbulkan stres, namun apabila individu tersebut tidak mampu

¹⁹ Abu Daud Sulaiman bin Asy'ats as-Sijistani Pentahqiq, *Matan Sunan Abi Daud*, (Riyad : Baitul Afkar ad-Dauliyah, 2017), hadis 883.

²⁰ Sukadiyanto, *stres dan cara menguranginya*, (Yogyakarta : LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta , 2010), hal 56.

mengatasi stresor tersebut maka akan timbul respon berupa stres. Tidak selamanya individu yang mampu mengatasi stresor dapat bertahan, apabila terjadi gangguan keseimbangan secara terus menerus maka akan menimbulkan ansietas kronik.²¹

b) Macam-Macam Stres

Pendapat Sri Kusmiati serta Desminiarti Stres dibagi dalam 3 bagian berdasarkan penyebabnya, sebagai berikut:

- 1) Stres fisik, biasanya disebabkan oleh lingkungan sekitar yang membuat kondisi seseorang menjadi tidak nyaman seperti kemacetan, suara yang bising, maupun temperatur yang sangat tinggi ataupun rendah.
- 2) Stres kimiawi, dikarenakan faktor kimiawi seperti overdosis terhadap obat-obatan, kecanduan terhadap zat kimia, hormone tubuh yang tidak stabil, maupun peradangan tubuh yang diakibatkan oleh infeksi virus.
- 3) Stres fisiologi, disebabkan oleh gangguan fungsi tubuh yang tidak normal seperti adanya gangguan pada jaringan, organ, atau sistemik.²²

²¹ Kaplan HI, Sadock BJ, Grebb JA. *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry, Behavioral Sciences, Clinical Psychiatry. seventhed.* (Baltimore: Williams & Wilkins, 2004), hal. 1

²² Ibrahim A.S: Panik, *Neurosis dan Gangguan Cemas*, (Jakarta: PT. Dian Ariesta, 2003)

Lazarus membagi stres menjadi 2 macam yaitu:

1) *Distres*

Stres menjengkelkan dimana seseorang bertemu dalam rentang waktu yang signifikan serta membutuhkan penanganan yang luar biasa.

2) *Eustres* (stres baik)

Stres dimana tidak mengganggu dan memberi rasa semangat, stres tersebut ada dalam semua manusia.²³

Peristiwa Hidup dan Peringkat Stresnya :

- 1) Paling Tinggi, meliputi kematian pasangan hidup, terpisah, berpisah, masuk penjara, meninggalnya kerabat, kecelakaan, penyakit terus-menerus, kemalangan pekerjaan, pernikahan.
- 2) Tinggi, termasuk pensiun, perubahan kesehatan keluarga, kehamilan, permasalahan seksual, perluasan kerabat, perubahan ataupun kesesuaian bidang usaha.
- 3) Sedang, meliputi konflik dengan pasangan, hutang yang besar. Remaja meninggalkan rumah, perubahan kondisi hidup.
- 4) Rendah, meliputi berubahnya jam ataupun situasi kerja, berubahnya rumah, berubahnya sekolah,

²³ Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental*, (Surabaya : Uinsa Press, 2020), hal. 46.

berubahnya latihan, perubahan pola diet.²⁴

c) Gejala Stres

- a) Hilangnya minat dalam sesuatu yang bisanya digemari
- b) Hilangnya nafsu makan
- c) Terlihat lelah
- d) Adanya perasaan merasa tidak berharga serta tidak mempunyai peluang
- e) Rasa sesal secara berkelanjutan
- f) Tidak mampu berpikir jernih
- g) Pusing ataupun sakit perut
- h) Memiliki peluang untuk mengakhiri hidup²⁵

d) Dampak Stres

Stres dapat menimbulkan kecemasan (anxiety) sehingga dapat mengakibatkan kesulitan dalam manajemen kehidupan serta tidak ter kendalinya sistem saraf. Selain itu stres dapat mengakibatkan frustrasi karena adanya kenyataan dimana tidak berdasarkan dengan pengharapan.

Stres juga dapat menyebabkan dampak fisik seperti pusing, otot menjadi tegang, gangguan metabolisme tubuh, sakit kepala, tremor, letih, penggumpalan darah,

²⁴ Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental*, hal. 48.

²⁵ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013). Hal. 336.

tekanan darah naik, kontraksi otot perut dan masih banyak lagi.²⁶

3. Perselingkuhan

a) Pengertian Perselingkuhan

Pendapat Blow juga Hartnett, perselingkuhan merupakan kegiatan berdasarkan seksual maupun emosional yang dilaksremajaan terhadap salah satu pasangan dalam suatu komitmen yang dinyatakan melanggar norma maupun perjanjian dalam berhubungan.²⁷

Perselingkuhan adalah perbuatan yang melanggar norma sosial maupun agama, hal ini terjadi karena adanya pengkhianatan dan pengingkaran komitmen sebuah hubungan oleh salah satu pasangan atau keduanya.

b) Faktor Penyebab Perselingkuhan

Perselingkuhan dapat terjadi karena adanya beberapa faktor, seperti tidak harmonisnya sebuah hubungan, rasa cinta yang mulai berkurang, timbulnya rasa bosan, emosi yang tidak stabil, keegoisan dari kedua belah pihak, serta kondisi lingkungan yang dapat mempengaruhi psikologi individu. Sedangkan menurut Ghifari perselingkuhan terjadi karena adanya

²⁶ Sukadiyanto, *stres dan cara mengurangnya*, hal 56

²⁷ Anwar Bastian, Perselingkuhan sebagai Kenikmatan Menyesatkan. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, Volume 8, No. 2, Juni 2012.

peluang dan kesempatan, adanya konflik, kebutuhan biologis tidak terpuaskan, iman yang lemah, serta hilangnya rasa malu.²⁸

c) **Dampak Perselingkuhan**

- 1) Keluarga yang harusnya menjadi tempat ternyaman dan aman bagi seorang remaja karena perselingkuhan menjadikan remaja bingung dan merasa tidak nyaman
- 2) Mengakibatkan kebencian pada seorang remaja
- 3) Remaja cenderung mencontoh hal buruk tersebut sebagai pembalasan atas rasa bencinya.
- 4) Remaja menjadi stres atau depresi
- 5) Membuat remaja menjadi pemberontak
- 6) Membuat remaja trauma untuk menikah²⁹

4. Terapi Sholawat Tibbil Qulub dapat Mengatasi Stres pada Remaja karena perselingkuhan ibu

Stres merupakan respon psikofisiologis seseorang akibat adanya rasa tertekan, ancaman, disforia, maupun kesedihan yang disebabkan karena terjadinya

²⁸ Abu al-Gifari, *Selingkuh Nikmat yang Terlaknat*, (Bandung : Mujahid, 2003), hal. 24-31.

²⁹ Hawari, *"Marriage Counseling (Konsultasi Perkawinan"*, (Jakarta: Fakultas Kedokteran UI., 2006), h.142

ketidakseimbangan antara harapan dengan kenyataan yang diinginkan.

Terapi Sholawat tibbil qulub merupakan proses terapi dengan menggunakan sholawat tibbil qulub yang dilakukan untuk memperbaiki diri dari kebiasaan jelek agar lebih sehat dengan suatu cara yang dilakukan secara berulang-ulang dan teratur. Terapi sholawat tibbil qulub memiliki banyak manfaat selain bisa menyembuhkan penyakit dhohir maupun bathin, membaca sholawat juga bisa memperbanyak pahala, sholawat memiliki arti do'a artinya jika kita membaca sholawat seperti kita berdo'a kepada Allah, barang siapa membaca sholawat 1 kali, niscaya Allah bershawat kepadanya sepuluh kali, menghapus sepuluh sodanya, serta meninggikan derajat sepuluh tingkatan.

Stres merupakan sebuah penyakit jiwa yang dialami manusia, sholawat tibbil qulub merupakan sholawat penyembuh, maka sholawat tibbil qulub bisa untuk mengatasi stres.

Pada kitab *Dakhirot Al muhtaj fi As sholawat 'ala Shohib Al liwa wa At taj* dinyatakan,

صَلَاةٌ بَعْدَ صَبَاحًا مَرَّةً مِائَةً عَدَدَهَا أَمَا : الْعُلَمَاءُ بَعْضُ قَالِ
الْمَغْرِبِ، وَلَهَا صَلَاةٌ وَقَبْلَ الْعَصْرِ صَلَاةٌ بَعْدَ مَسَاءٍ وَ الْفَجْرِ
مِنْ وَكَثِيرُ الْقَلْبِ أَمْرَاضٍ عِلَاجٌ فِي عَجِيبُ تَأْتِيرُ هِيَ
زِيَادَةُ لِلْعَدَدِ، فَهُوَ بِالنَّسَبِ الْأَفْوَاسِ فِي الَّذِي أَمَا الْأَمْرَاضِ
جِدًا عَجِيبُ تَأْتِيرُ لَهُ كَانَ مَاءٍ عَلَى مَرَاتٍ سَبْعٍ قَرَأَهَا وَمَنْ
تَعَالَى اللَّهُ بِإِذْنِ الْأَمْرَاضِ كُلِّ عِلَاجٍ فِي وَمُجَرَّبُ

Berdasarkan sebagian Ulama” : jumlah membaca sholawat ini berjumlah 100 kali setiap hari. Dapat dibaca 100 kali menjelang nya awal hari setelah shalat subuh, dibaca pada sore hari setelah shalat Ashar serta sebelum shalat Maghrib. Sholawat juga memiliki khasiat yang luar biasa dalam memulihkan penyakit hati ataupun berbagai penyakit lain. Juga barang siapa yang membacanya tujuh kali kemudian meniupkannya ke dalam air, maka air tersebut memiliki khasiat yang sangat luar biasa dalam menghilangkan berbagai penyakit dengan izin serta kehendak Allah SWT.”³⁰

Menurut Sebagian ulama ada cara mempratekkan sholawat untuk penyembuhan, dibaca 100 kali setiap hari selesai sholat fardhu, pada treatment masalah stres pada remaja peneliti melakukan treatmen membaca sholawat tibble qulub sebanyak-banyaknya setelah selesai sholat fardu, selain itu peneliti juga mempratikkan cara dibaca sebanyak 7 kali dan meniupkan kedalam air, dan yang melakukan itu adalah kyai dari pesantren konseli, kemudian konseli meminum air do'a tersebut.

³⁰ Wakid Yusuf, “Sholawat Tibbil Qulub”, diakses pada 16 Februari 2020 dari <https://wakidyusuf.wordpress.com/2020/02/16/shalawat-thibbil-qulub-4/>

Jadi kesimpulannya shalawat memiliki pengaruh yang sangat luas bagi kehidupan kita, shalawat juga memiliki kaitan atas dunia rohaniah dan hubungan dengan yang maha mencipta. Shalawat juga merupakan suatu rangsangan yang berarti suatu kebaikan atau doa-doa dimana berasal dari Allah SWT serta disini konselor menjadikan sarana untuk memberi motivasi agar konseli dapat bangkit dari perasaan-perasaan negatif yang selama ini menyelimutinya. Sehingga konseli tetap percaya diri dan tetap semangat dalam menjalani kehidupannya sehari-hari dari terapi shalawat *thibbil quluub* ini.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. *Konseling Islam Melalui Sholawat Thibbil Qulub Untuk Peningkatan Spiritualitas Terhadap Penderita Multiple Sclerosis Di Desa Belahanrejo Kedamean Gresik.*

- a) Oleh : Layla Rifatin
- b) Sumber : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- c) Isi Penelitian :

Penelitian tersebut berisi tentang konseling islam menggunakan sholawat *tibbil qulub* dalam meningkatkan spirulitas terhadap penderita multiple sclerosis. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa terapi sholawat

tibbil qulub dikatakan cukup baik dengan presentase 67%. Hal tersebut dibuktikan dengan berubahnya konseli dimana awalnya sangat mudah marah-marah, sering merasa sedih dan juga kesepian sekarang setelah menjalani terapi banyak perubahan yang positif dari diri konseli, konseli sudah mulai bisa menerima penyakit yang diderita dan selalu bersholawat jika ia sedang kesepian.

d) **Persamaan Penelitian :**

Kesamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang ialah terapi yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu terapi sholawat *tibbil qulub*.

e) **Perbedaan Penelitian :**

Peneliti terdahulu menggunakan terapi *tibbil qulub* untuk peningkatan spiritualitas terhadap penderita multiple sclerosis, penelitian sekarang menggunakan terapi *tibbil qulub* untuk mengurangi stres pada remaja yatim akibat perselingkuhan ibu dengan pamannya.

2. Pengaruh Mendengarkan Terapy Shalawat Terhadap Penurunan Stres terhadap Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

- a) Oleh : Sudirman dan Nida Amalia
- b) Asal : Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- c) Sumber : Borneo Student Research, Vol. 1. No 2, 2020

d) Isi Penelitian :

Stres ialah ketegangan yang lansia tidak bisa mengatasi. Salah satu pengobatan nonfarmakologis yang mampu mengatasi stres ialah dengan memperhatikan doa Nabi yang memiliki efek melonggarkan serta mengurangi tekanan hormon stres. Teknik: *Pre Experimentone bunch rencana pretest-posttest*. Populasi yakni semua lansia dalam Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda adalah golongan lansia dengan jumlah keseluruhan 96 orang. Pengujian yang melibatkan prosedur pemeriksaan purposive sampling berkisar 16 orang. Instrumen yang digunakan ialah kuesioner dimana sudah baku khususnya Depresi Anxiety Stress Scale 42

Penelitian ini menggunakan pengujian paired sample t test dimana diperoleh hasil skor Skala Stres mean pre 27,19 serta mean post 15,63 dimana selisih mean berkisar 11,56 dan hasil penilaian $p = 0,000$ dengan $\alpha = 0,05$ mengungkapkan dimana adanya perbedaan sebelum serta setelah intervensi.

e) Persamaan Penelitian :

Persamaannya yaitu penelitian terdahulu sama-sama menggunakan terapi sholat untuk menurunkan stres. Selain itu Dalam penelitian tersebut juga menunjukkan terapi sholat dapat

mempengaruhi tingkat stres sehingga peneliti menggunakan penelitian tersebut sebagai referensi

f) Perbedaan Penelitian :

Perbedaannya ada dalam subjek penelitian. Penelitian sebelumnya menjadikan lansia selaku subjek penelitian, kemudian peneliti menggunakan remaja yatim selaku subjek dalam penelitian.

3. Dampak perselingkuhan orang tua terhadap psikologis remaja (Study Kasus Di Desa Sidang Emas Kecamatan Banyuasin III Kabupaten Banyuasin)

a) Oleh : Ari Pratama

b) Asal : Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

c) Isi Penelitian :

Penelitian ini menjelaskan ada pada masa sekarang, pengkhianatan dipandang sebagai sesuatu yang khas saat ini, adalah tipe keluarga yang tidak memiliki gambaran secara kabur tentang substansi keluarga. Masalah yang diteliti ialah efek pengkhianatan terhadap penelitian otak remaja-remaja. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa besar unsur dan pengaruh pengkhianatan terhadap penelitian otak remaja.

Penelitian ini diarahkan dengan menggunakan strategi kualitatif, yang mengungkapkan dimana objek penelitian ialah pengaruh ketidaksetiaan terhadap penelitian otak remaja. Titik fokus penelitian ini adalah pengaruh pengkhianatan terhadap ilmu otak remaja serta unsur-unsur penyebab ketidaksetiaan, serta pengaruh ketidaksetiaan pada remaja. Data dalam penelitian ini bergantung pada tulisan, makalah, majalah, sumber informasi tambahan seperti web.

Dampak lanjutan dari tinjauan ini mengungkapkan dimana alasan utama ketidaksetiaan ialah tidak adanya kepercayaan, serta kurangnya rasa hormat terhadap keluarga, ataupun mengingat pola desa, dan lebih jauh lagi karena mereka merasa lelah dengan pasangan, dan lebih jauh lagi pintu terbuka, serta isu-isu seks yang berlebihan, ataupun penyebabnya semakin menyusahkan perekonomian. Pengaruh ketidaksetiaan mempengaruhi pecahnya keluarga, keluarga umumnya tidak rukun, remaja-remaja diabaikan, kemudian hampir terpisah. Apalagi ilmu otak remaja itu merasa terganggu, remaja itu malu dengan temannya, remaja itu juga merasakan kepahitan yang sangat dalam, remaja

itu juga tidak akan fokus belajar, remaja itu akan memikirkannya sampai ia dewasa. pada remaja-remaja, kasih sayang untuk remaja-remaja, kegugupan untuk remaja-remaja, keinginan untuk remaja-remaja berkurang, remaja-remaja lebih banyak mengalami serta merasakan malu.

d) Persamaan Penelitian :

Persamaanya adalah perselingkuhan orang tua yang berdampak pada psikologi remaja, di mana dampak tersebut mengakibatkan stres pada remaja.

e) Perbedaan Penelitian :

Penelitian terdahulu hanya meneliti tentang dampak dari perselingkuhan tanpa memberikan terapi. Sedangkan, penelitian saat ini memberikan solusi dari dampak perselingkuhan yaitu terapi sholawat *tibbil qulub*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian berikut menggunakan pendekatan kualitatif. pendekatan ini cenderung menggunakan analisis yang bersifat deskriptif dalam bentuk kata-kata serta bahasa dalam memahami situasi yang sedang dirasakan terhadap subjek penelitian, dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.³¹ Peneliti menekankan sifat realitas dimana terbangun melalui sosial antara peneliti dengan subjek penelitian.

Tujuan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif agar lebih memberi pemahaman fenomena secara lebih objektif. Pendekatan kualitatif memperoleh informasi secara lengkap dari konseli.³² Penelitian berikut dilaksanakan untuk mengetahui efektivitas terapi sholat tibbonul qulub untuk mengurangi stres pada remaja.

Sementara penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kasus. Penelitian studi kasus merupakan metode penelitian dimana berfokus pada penentuan dinamika mengenai

³¹ LexyJ. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 6.

³² Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hal. 52

pertanyaan.³³ Peneliti menggunakan penelitian studi kasus dengan tujuan peneliti hendak mengamati seseorang dengan lebih mendetail yang mendalam dalam kurun waktu tertentu.

Penyajian data dalam penelitian berikut menggunakan pola deskriptif. Menurut Best, pola deskriptif merupakan metode penelitian dimana menjelaskan serta menginterpretasi objek berdasarkan dengan kenyataan serta sesungguhnya.³⁴

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

a) Konseli

Konseli merupakan remaja dengan nama Rini (nama samara) yang duduk di bangku kelas VII Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren yang ada di Kecamatan Tandes Kota Surabaya yang memiliki masalah stres karena perselingkuhan ibu dengan pamannya.

b) Konselor

Konselor merupakan mahasiswa aktif semester 7 di UIN Sunan Ampel Surabaya

³³ Unika Prihatsanti1, Suryanto2, & Wiwin Hendriani3, "Menggunakan Studi Kasus sebagai Metode Ilmiah dalam Psikologi", *Jurnal Buletin Psikologi*, (Vol. 26. No. 2. 2018), hal. 127.

³⁴ Sukardi, "*Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*", (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), hal. 157.

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program
Studi Bimbingan Konseling Islam.

c) Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini bertempat di Jl.
Banjarsugihan Baru 1 Rt. 04 Rw. 08
Kecamatan Tandes Surabaya.

3. Jenis dan Sumber Data

a) Jenis Data

Penelitian berikut menggunakan jenis data kualitatif dimana bersifat non-statistik, data yang didapat dalam penelitian ini berbentuk kata verbal bukan dengan angka.

b) Sumber Data

1) Data Primer

Data primer merupakan perolehan data langsung dari lapangan. Data dimana diperoleh peneliti menggunakan fenomena yang saat ini terjadi yakni mengenai seorang remaja yatim yang stres karena perselingkuhan ibu dengan pamannya. Data primer didapatkan secara langsung dari remaja.

Peneliti mendapatkan data primer langsung dari konseli, data yang didapatkan peneliti mengenai informasi perselingkuhan ibunya, konseli memberikan bukti chat yang telah disalin dan juga video yang menjelaskan bahwa ibunya berselingkuh dengan pamannya.

Selain informasi perselingkuhan, peneliti juga mengamati tingkah laku konseli saat di pondok dia sangat jarang berinteraksi dengan teman-temannya, disaat mengaji dia juga memilih menyendiri. Konseli bercerita bahwa dirinya merasa tidak nyaman dirumah melihat perselingkuhan ibu dan pamannya selama dirumah. Peneliti menyimpulkan bahwa konseli mengalami tingkat stres sedang, yang dilihat dari peristiwa hidup yang konseli alami.

2) Data Sekunder

Data sekunder ialah data dimana didapat oleh berdasarkan sumber kedua, data sekunder memiliki tujuan untuk menjadi pelengkap data primer. Data sekunder bisa melalui wawancara dengan orang disekitar konseli seperti teman dekatnya. Dalam penelitian berikut data sekunder diperoleh dari ibu serta teman terdekat sebagai *signifikan other*.

Data sekunder yang didapatkan dari teman dekat berupa informasi kebiasaan konseli setiap hari, konseli sangat sering melamun, diam, dan juga sering menangis sendirian. Temannya juga mengatakan konseli sangat sering

marah jikalau ibunya menjenguk ke pesantren.

4. Tahap-Tahap Penelitian

Penelitian berikut menggunakan tiga tahap. Adapun tiga tahap tersebut sebagai berikut:

a) Tahap Pra Lapangan

Peneliti menyiapkan susunan perancangan penelitian, menentukan subjek penelitian, mempersiapkan kelengkapan serta permasalahan saat di lapangan. Peneliti memilih penelitian mengenai seorang remaja yatim di pondok pesantren di Surabaya yang merasakan stres akibat mengetahui perselingkuhan ibu dengan pamannya, dimana konseli dan pamannya sudah dangat dekat dan sudah berkeluarga. Sebelum turun kelapangan, peneliti mengamati konseli selama kurang lebih 1 minggu untuk mengetahui seberapa sering konseli murung dan menyendiri di dalam kamar tidak mau bermain dengan temannya, setelah dirasa cukup mengamati peneliti menyiapkan instrumen penelitian yang diperlukan di lapangan meliputi pedoman wawancara, referensi dalam memperluas penerapan terapi di lapangan, kemudian kelengkapan lainnya yang dibutuhkan dalam penelitian untuk memperoleh bermacam informasi tentang diri subyek,

deskripsi lapangan ataupun keterangan berkaitan dengan keduanya.

b) Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahapan berikut peneliti memahami rencana penelitian, disajikan latar belakang yang harus dipahami terlebih dahulu untuk terjun ke lapangan. Setelah itu, peneliti menjalin kesatuan terhadap objek dan juga lingkungan objek. Pada tahapan ini peneliti memperdalam permasalahan yang akan diteliti dengan wawancara mendalam serta pengumpulan data dilapangan.

Dalam tahapan ini, konselor menjalin keterkaitan secara dekat terhadap konseli maupun signifikan other konseli untuk mencari informasi mendalam melalui wawancara dari teman ataupun orang yang sangat dekat dengan konseli.

c) Analisis Data

Data yang didapatkan peneliti dari lapangan selanjutnya di analisa, melalui cara menjelaskan masalah yang ada sesuai kenyataan dengan mendeskripsikan perubahan terhadap konseli sebelum serta setelah dilakukan proses terapi dengan *Sholawat Tibbil Qulub*.

5. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data ialah prosedur dimana sistematis dalam memperoleh data yang diperlukan. Dalam penelitian ini

menggunakan teknik pengumpulan data kualitatif sebagai berikut:

a) Observasi

Observasi merupakan pengamatan gejala yang tampak pada objek penelitian tanpa manipulasi baik dari informasi tempat, aktivitas dan keadaan.³⁵ Observasi bertujuan untuk memperoleh suatu gambaran maupun pemahaman tentang data konseli serta membantu melengkapi bahan-bahan yang diperoleh melalui interview.³⁶

Sesuai dengan pernyataan menurut Sutrisno Hadi, observasi merupakan suatu proses yang sangat kompleks, dan proses yang tersusun dari proses biologis maupun psikologis. Proses pengamatan dan ingatan merupakan dua hal yang terpenting. Teknik pengumpulan data observasi digunakan bila suatu penelitian berkaitan dengan perilaku manusia, proses kerja, dan juga gejala-gejala alam.³⁷

Dalam penelitian ini data yang diambil melalui observasi adalah perubahan perilaku, perubahan emosi konseli dan pola pikir konseli. Perubahan perilaku konseli seperti

³⁵ Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007), hal. 158.

³⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2000), hal. 153.

³⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, 2015), hal. 145.

konseli menjadi pendiam dan menutup diri dari teman-temannya, perubahan emosi yang dialami konseli, konseli sering tidak bisa mengontrol emosi disaat melihat ibu dengan pamannya, konseli langsung memasang wajah cemberut yang menandakan konseli sangat tidak nyaman, semenjak ibu konseli berselingkuh konseli merasa bahwa ibu tidak sayang dan tidak memikirkan perasaan konseli.

Selama proses observasi juga diambil dokumentasi berupa foto, catatan, wawancara. Dimana dokumentasi tersebut dicantumkan pada lampiran.

b) Wawancara

Wawancara termasuk salah satu metode pengumpulan data. Wawancara adalah proses percakapan yang terjadi antara dua orang dengan dialog tanya jawab secara lisan dengan maksud tertentu baik secara langsung maupun tidak langsung.³⁸ Teknik dalam wawancara sangat efektif, wawancara bisa dilakukan dengan bahasa yang jelas dan terstruktur, ataupun dengan santai dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur dan tidak struktur adalah Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian ini. Sebelum

³⁸ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosdakarya, 2007), hal. 186.

melakukan wawancara peneliti menyiapkan beberapa pertanyaan sebelum proses konseling dilakukan, peneliti juga menggunakan wawancara tidak terstruktur tanpa melakukan persiapan awal.

Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini untuk menggali data tentang kebiasaan, kondisi dan dampak yang dirasakan.

Wawancara dilakukan dengan konseli dan *signifikan other* yaitu ibu, dan teman konseli. Hasil wawancara konseli berupa bagaimana kebiasaan konseli selama di rumah dan dipondok dan juga wawancara dilakukan setelah proses penerapan terapi untuk mengetahui seberapa berpengaruh terapi yang telah di lakukan.

c) Dokumentasi

Dokumentasi meruakan teknik pengumpulan data kualitatif yang dilakukan dengan mencari data dan menganalisis data dari orang-orang yang terlibat, serta dokumen lain yang telah diperoleh dari subjek sendiri atau orang lain yang tentang subjek.³⁹ Dokumen bisa berupa gambar, catatan harian subjek (buku diary), transkrip, biografi.

³⁹ Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Rineka Cipta, 2010), hal. 118-143.

Untuk mendapatkan dokumen yang berbentuk gambar peneliti perlu mengabadikan dengan cara memotret kondisi lingkungan sekitar konseli, kegiatan sehari-hari dan juga dokumen pendukung lainnya.

Penelitian ini bertempat di pondok pesantren tempat konseli bersekolah yang berlokasi di Kelurahan Banjarsugihan Surabaya.

6. Teknik Validitas Data

a) Melakukan Cek Ulang (Re-checking)

Melakukan cek ulang data merupakan salah satu cara untuk meminimalisir kesalahan dan memastikan sudah valid atau belum data yang didapat. Biasanya cek ulang data dilakukan pada pertengahan penelitian.

b) Triangulasi

Penelitian ini mengartikan triangulasi sebagai pengecekan data dari sumber lain. Triangulasi merupakan penggabungan dua atau lebih sumber data dengan tujuan mendapatkan informasi yang lebih banyak dan lengkap tentang fenomena yang akan diteliti. Triangulasi juga dapat dilakukan dengan cara mengecek penelitian dari tim yang lain yang ditugaskan mengumpulkan data.

40

⁴⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hal. 273-275.

Hasil data yang di peroleh dari konseli dan signifikan other akan dilakukan pengecekan apakah data yang di kumpulkan sudah valid. Dalam proses triangulasi data yang telah dikumpulkan akan dibandingkan dengan data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumen yang di dapatkan dari banyak subjek yang sudut pandangnya berbeda. Berbagai pandangan itu akan melahirkan keluasan pengetahuan untuk memperoleh kebenaran data.

7. Teknik Analisis Data

Proses analisis data kualitatif adalah usaha menganalisis data yang telah dikumpulkan, setelah mengumpulkan data peneliti dapat menginterpretasi data yang telah di dapatkan dilapangan. Hasil yang diperoleh berupa hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi. Inti dari analisis data adalah mengolah data mentah menjadi suatu data yang lebih mudah dipahami dan ditafsirkan diri sendiri maupun orang lain.⁴¹

Analisis data dapat dilakukan setelah peneliti mengumpulkan data. Penelitian ini bersifat studi kasus, oleh karena itu analisis deskriptif kualitatif yang digunakan untuk analisis data

⁴¹ Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hal. 158.

dalam penelitian ini, dapat difahami sebagai proses pemecah masalah yang diselidiki, dengan melihat atau menjelaskan keadaan objek penelitian berdasarkan fakta yang terjadi.⁴²

Analisis dilakukan untuk mengetahui proses pelaksanaan mengatasi Terapi Sholawat Tibbil Qulub untuk Mengurangi Stres pada Remaja Yatim akibat Perselingkuhan Ibu dengan Pamannya di Kecamatan Tandes Kota Surabaya serta hasil dari proses Terapi Sholawat Tibbil Qulub pada konseli.

Proses analisis data dilakukan secara deskriptif komparatif, yaitu data hasil wawancara, observasi dan dokumentasi akan di analisis dan dipaparkan dalam bentuk deskriptif dan dibandingkan antara teori dengan data yang ada dilapangan untuk menganalisis proses terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres akibat perilaku menyimpang seorang ibu pada remaja. Analisis data juga dilakukan untuk memperoleh hasil terapi yang telah dilakukan kepada konseli sebelum dan sesudah proses terapi sholawat tibbil qulub.

⁴² Hadari Nawawi, Dkk, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996), hal. 73.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Banjarsugihan Baru Kecamatan Tandes. Tandes merupakan salah satu kecamatan di Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur, Indonesia. Dahulu, Kecamatan Tandes merupakan wilayah berupa tambak, rawa-rawa di utara dan pematang sawah/perkebunan di selatan. Kelurahan Banjarsugihan memiliki luas kurang lebih 102 Ha. dengan bentuk wilayah sebagai berikut:

Utara : Kelurahan Manukan Wetan
Timur : Kelurahan Manukan Kulon
Selatan : Kelurahan Kandangan
Barat : Kelurahan Benowo

Masyarakat di kelurahan Banjarsugihan mayoritas beragama muslim, mereka taat menjalankan perintah agama. Di Kelurahan Banjarsugihan Baru banyak sekali Pendidikan islam, sekolah islam tidak kalah dengan sekolah umum, Kelurahan Banjarsugihan Baru juga memiliki Pendidikan pesantren yang memadahi, Taman Pendidikan Al-Qur'an di Kelurahan Banjarsugihan Baru berjumlah 67 yang terdaftar di Kemenag, Pendidikan islam remaja di Kelurahan Banjarsugihan Baru sangat terjamin, selain di bidang Pendidikan Kelurahan Banjarsugihan juga memiliki wisata keluarga

yaitu *Food Junction* yang merupakan wisata keluarga yang berkonsep *one stop solution*.

DENAH KELURAHAN BANJARSUGIHAN BARU



2. Deskripsi Konselor

1) Biodata Konselor

Konselor merupakan orang yang memiliki tugas membantu seseorang menyelesaikan permasalahan atau yang biasa disebut konseli. Konselor dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif di Universitas Negeri Sunan Ampel fakultas Dakwah dan Komunikasi Prodi

Bimbingan Konseling Islam. Berikut biodata konselor :

Nama : Ulin Nuriyah
Jenis Kelamin : Perempuan
TTL : Kudus, 14 Oktober 2000
Remaja ke : pertama dari tiga bersaudara
Berat Badan : 54 Kg
Tinggi Badan : 155 Cm
Alamat : Jl. Banjarsugihan Baru 1 no 6 Tandes Surabaya
Agama : Islam

2) Pengalaman Konselor

Berdasarkan pengalaman konselor, konselor sudah menempuh mata kuliah K3 (Keterampilan Komunikasi Konseling). Dalam mata kuliah k3 konselor diperintahkan untuk melakukan proses konseling individu yang kemudian di praktekan langsung dengan kelompok masing-masing dihadapan teman satu kelas. Selain mata kuliah Keterampilan Komunikasi Koneseling, konselor telah menempuh mata kuliah Konseling Individu dan kelompok. Pada saat mata kuliah Individu dan Kelompok kita diperintahkan untuk melakukan konseling individu dan kelompok di masyarakat dan mencari permasalahan nyata dan dierintahkan menyelesaikan

masalah konseli. Konselor juga telah menyelesaikan mata kuliah Appraisal ,kami belajar tentang bagaimana cara melakukan wawancara, observasi dan identifikasi terhadap suatu lembaga. Dan masih banyak lagi mata kuliah yang sudah ditempuh oleh konselor seperti Konseling Pesantren dan Madrasah dan Bimbingan Konseling Islam.

Selain mata kuliah konselor juga mempunyai pengalaman saat melaksremajaan Praktek Pengalaman Lapangan di KUA Tandes Surabaya.

3. Deskripsi Konseli

1) Biodata Konseli

Konseli adalah seseorang yang membutuhkan dorongan atau motivasi guna menyelesaikan masalah yang dialami. Data konseli pada penelitian ini sebagai berikut :

A. Konseli

1. Nama Konseli : Rini (Samaran)
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tanggal Lahir : 27 November 2008
4. Usia : 13 Tahun
5. Alamat : Jl. Banjarsugihan Baru 1 no 6 Tandes Surabaya.
6. Profesi : Siswi kelas VII

Rini adalah santri di Pp. Shobrul Ma'arif yang sekarang duduk di bangku

kelas 7 Mts. Rini sudah menjadi remaja yatim sejak umur 8 tahun.

2) Latar Belakang Konseli

Konseli merupakan anak tunggal, konseli merupakan anak yatim, ayah konseli meninggal saat konseli umur 8 tahun, konseli berasal dari Lamongan, sekarang konseli tinggal dengan ibunya di rumah kontrakan di daerah Balongsari Surabaya. Ibunya seorang wiraswasta yang memiliki warung makan di daerah Margomulyo.

3) Karakteristik Konseli

Kepribadian konseli bisa dikatakan introvert, konseli sering memendam perasaan sendiri dan jarang bercerita dengan orang. Konseli termasuk remaja yang pendiam, konseli terkadang bisa membaurkan dirinya kedalam suatu kelompok yang belum dikenalnya, tetapi konseli cenderung lebih sedikit berinteraksi, namun bukan yang menutup diri. Konseli lebih senang berkumpul kepada orang-orang terdekatnya dibandingkan dengan orang yang tidak dekat dengannya. Meskipun begitu menurut konseli berbaur dengan orang banyak hanya akan menghilangkan fokusnya, itu sebabnya dia sangat minim interaksi disaat

berkumpul. Konseli juga menyampaikan bahwa dirinya sangat suka berimajinasi, terkadang dia melamun dan berkhayal sendiri tentang hal-hal yang ia senangi, termasuk membayangkan masa depan. Menurut konseli disaat dia berkhayal akan muncul sebuah motivasi yang bisa membuat dirinya lebih semangat meraih semua keinginannya. Konseli memiliki kepribadian introvert dengan jenis introvert social dan berpikir introvert.

Dari karakteristik konseli yang telah dibahas, konseli juga memiliki tipe kepribadian melankolis. Kepribadian melankolis memiliki sifat seperti introvert, pemikir, pesimis, pemalu, sulit beradaptasi dengan lingkungan baru dan cenderung kurang percaya diri. Karakter melankonis lebih nyaman menyampaikan isi hati melalui kata-kata. Konseli sangat tertutup dan berhati-hati bahkan penuh curiga. Konseli jika memiliki masalah akan selalu memikirkan dan rentah depresi dan murung. Konseli berkata jika ia orang yang mudah pesimis, pesimis dengan tantangan kehidupan yang akan dijalani. Konseli tidak yakin apakah dirinya bisa melawati setiap tantangan atau masalah yang akan ia hadapi. Konseli juga mengatakan jika dia sudah emosi konseli

aan merasa stres dan hal ini malah menghambat kemajuan diri sendiri.

4. Deskripsi Permasalahan Konseli

Masalah adalah keadaan yang tidak sesuai harapan.⁴³ Setiap manusia pasti memiliki masalah, manusia merupakan makhluk social yang membutuhkan bantuan orang lain, tidak semua manusia dapat menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain.

Pada bagian ini konselor membahas permasalahan yang di alami Rini, Rini mengalami stres akibat penyimpangan yang dilakukan ibunya, perselingkuhan antara ibu dan paman yang membuat Rini mengalami beberapa perubahan dalam hidupnya, Rini yang awalnya remaja yang sangat ceria, sekarang menjadi murung, bahkan Rini tidak percaya adanya cinta dan ketulusan, Rini juga memilih tidak berkenalan dengan laki-laki. Rini sekarang sangat sulit mengontrol emosinya, Rini sering menyendiri dan juga Rini tidak suka jika ibu dan paman menjenguknya di pondok. Koselor mengamati perilaku Rini dan menyimpulkan didalam tabel berikut:

⁴³ Vardiansyah, Dani. Filsafat Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar, Indeks, Jakarta 2008. Halaman 70

Tabel 4.1
Kondisi Konseli Sebelum Mendapat Terapi

No	Kondisi konseli	Penelitian		
		A	B	C
1	Konseli menjadi pendiam		V	
2	Konseli merasa ibu tidak sayang dengannya	V		
3	Tidak dapat mengontrol emosi	V		
4	Tidak nafsu makan		V	
5	Konseli tidak percaya cinta dan ketulusan	V		
6	Konseli selalu murung	V		
7	Konseli tidak mau berbaur dengan teman	V		

Keterangan:

A: Masih dilakukan

B: Kadang-kadang atau jarang

C: Tidak Pernah

Adapun kondisi konseli sebelum dilakukan proses terapi sholawat tibbil qulub.

B. Penyajian Data

1. Proses Terapi Sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Pada Remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu Di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya

Proses konseling berdasarkan kesepakatan konselor dan konseli. Proses terapi akan dilakukan di pesantren dan di rumah konseli, mengingat ibu konseli juga membutuhkan terapi, proses konseling di pesantren dilakukan pada jam istirahat yakni jam 12.00-14.30, proses konseli di rumah konseli dilaksanakan hari minggu disaat kegiatan di pesantren libur.⁴⁴

Konselor dan konseli telah sepakat dengan waktu dan tempat pelaksanaan proses konseling. Dalam proses konseling ini konseli diberikan layanan islam dengan Sholawat Tibbil Qulub dengan cara memberikan video yang berisi lirik dari sholawat Tibbil Qulub dengan tujuan supaya konseli memahami makna Sholawat Tibbil Qulub dan mengamalkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengatasi stres yang dialami. untuk mendapatkan data tentang

⁴⁴ Hasil wawancara dengan konseli 7 Oktober 2021

konseli, konselor melakukan proses wawancara dan observasi.

Sebelum proses terapi dilakukan, konselor menerapkan Langkah-langkah dalam konseling islam. Adapun Langkah-langkah tersebut diantaranya:

a) Identifikasi Masalah

Dalam identifikasi masalah konselor meneliti permasalahan yang dihadapi konseli secara detail. Konselor disini mendiskusikan apa saja yang dirasakan dan apa saja hal yang diinginkan konseli untuk mengatasi stres yang dialami. tujuan diskusi ini yaitu menghindari kemungkinan adanya harapan dan sasaran yang tidak tepat dan tidak realistis.

Pada tahap identifikasi ini berkaitan dengan gejala-gejala yang sering muncul pada diri konseli, informasi tersebut didapatkan melalui hari wawancara dan observasi dengan konseli, keluarga, saudara, teman dan tetanggaa konseli. Data-data yang dikumpulkan akan dijabarkan sebagai berikut:

1) Data yang Bersumber dari Konseli

Pagi tanggal 4 Oktober pukul 07.00 WIB wajah konseli terlihat begitu sedih, konselor mengetahui hal ini karena konselor merupakan keluarga “*ndalem*” pondok pesantren yang di tinggali konseli, maka

konselor bisa mengamati konseli secara berkala.

Setelah konselor melihat konseli yang murung pada pagi itu, konselor mulai mendekati dan memulai membuka pembicaraan. Konseli sedikit demi sedikit menceritakan bahwa kemarin Minggu ibu konseli menjenguk konseli di pondok, tetapi ibu menjenguk dengan paman yang dia sangat benci, konseli menyayangkan kenapa harus ada pamannya, hal itu membuat konseli kehilangan mood, tak lama ibunya menjenguk, keluar kata-kata dari ibunya yang berkata “jangan bilang tantemu kalau ibu kesini dengan paman” konseli semakin geram mendengar perintah ibunya. Ternyata hal itu yang membuat pagi ini konseli sedih.

Pada tanggal 8 konseli tiba-tiba menghampiri saya, tiba-tiba menyodorkan saya foto waktu kecilnya dipangku oleh ayahnya, tiba-tiba konseli menangis. Tiba-tiba keluar kata-kata dari mulutnya dengan terbata-bata sambil mengatakan “aaakuu kangen aayahh ‘.”

- 2) Data yang Bersumber dari Teman Konseli

Menurut teman-temannya, konseli merupakan pribadi yang pendiam, tidak mau memulai pembicaraan, konseli selalu terlihat murug dan menyendiri beberapa bulan ini. Teman-temannya sering sekali melihat konseli tidur dan menutupi seluruh badan sampai kepala dengan selimut kemudian menangis.

Teman konseli pun mengatakan konseli seringkali menangis sehabis ibunya menjenguk. Konseli juga sangat jarang pulang ke rumah walaupun hari libur, konseli lebih memilih menghabiskan waktu di pondok, berbeda dengan remaja umumnya yang selalu menghitung kapan hari libur akan tiba.

3) Data yang Bersumber dari Tetangga

Menurut salah satu tetangga yang sangat dekat dengan konseli, konseli dulu termasuk remaja yang ceria tapi semenjak masuk di pondok konseli menjadi pendiam, dan sangat jarang keluar rumah, kalau bertemu tetangga mungkin hanya senyum. Perihal kedekatan ibu dengan pamannya tetangga juga sudah mengetahui melainkan sebatas saudara. Jadi tidak heran jika pamannya sering keuar masuk kedalam rumah.

Tetangga ini mengatakan “ biasane kan ibu e di kancani paman e mbak, kan dodol sego kadang yo diewangi ” begitu ujarnya. Tetangga hanya mengetahui sebatas hubungan saudara tidak berpikir yang aneh.⁴⁵

4) Data yang Bersumber dari Ibu Konseli

Pada tanggal 10 Oktober bertepatan hari Minggu, konselor dan konseli pergi ke rumah konseli untuk menemui ibunya. Saat sudah sampai ibu konseli menyambut dengan sangat senang. Awalnya konselor hanya menanyakan pertanyaan umum terkait kebiasaan dan pekerjaan. Setelah itu konselor meminta izin untuk menanyakan hal yang mungkin sedikit masuk kedalam urusan keluarga. Konselor menanyakan perihal keadaan konseli yang selalu terlihat sedih, konselor bertanya apakah ibu merasakan itu? Ibu menjawab dengan sangat hati-hati “ iya, mbak sebenarnya saya sudah merasakan itu sejak beberapa bulan kemarin saya tidak tau kenapa dia menjadi seperti itu, apakah mbak tau ada apa sebenarnya?” ibu

⁴⁵ Hasil wawancara kepada tetangga konseli tanggal 10 Oktober 2021

membalikkan pertanyaan seperti itu ke konselor.

Konselor pun menjelaskan dengan meminta izin apabila penjelasannya dirasa nanti kurang tepat atau menyinggung, “memang ibu beberapa hari ini Rini bercerita kepada saya, perihal keadaan Rini, Rini merasa stres bu jika dirumah, karena Rini merasa tidak nyaman dengan pamannya” Ibu merespon dengan pernyataan saya dengan senyum, dan menjawab “ sebenarnya saya sudah menebak apakah karena saya dengan pamannya yang membuat Rini seperti itu, sebenarnya tidak ada keinginan seperti ini mbak, saya juga sebenarnya tau apa yang saya lakukan salah, tetapi saya tidak bisa menahan perasaan saya sendiri, pasti mbak faham maksud saya pasti Rini sudah bercerita ke mbak” .

Mendengar pernyataan itu konselor sedikit menghela nafas karena ibu mau menceritakan apa yang terjadi sebelumnya, sering terlontar kata-kata “ mohon bantuannya mbak, saya juga bingung harus bagaimana” konselor pun meminta izin untuk kembali lagi ke rumah Minggu depan untuk

melakukan treatment, dan ibu pun sangat mengizinkan.

2. Diagnosis

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dihadapi konseli adalah stres, sedangkan penyebab stres konseli yaitu:

- 1) Konseli menjadi pendiam semenjak mengetahui perselingkuhan ibu dengan pamannya.
- 2) Konseli merasa ibu tidak sayang dengannya.
- 3) Konseli tidak dapat mengontrol emosi jika melihat ibu dan pamannya sedang berdua.
- 4) Konseli menjadi tidak nafsu makan sejak terjadi perselingkuhan itu
- 5) Konseli tidak percaya cinta dan ketulusan karena konseli menganggap ibunya menghinati ayah.
- 6) Konseli selalu murung memikirkan bahwa dia takut jika perselingkuhan ibu dan paman terbongkar.
- 7) Konseli tidak mau berbaur dengan temannya karena konseli sulit percaya kepada orang lagi.

3. Prognosis

Kesimpulan dari data-data diagnosis, konselor memilih jenis batuan terapi yang akan diberikan untuk konseli, konselor akan memberikan konseling islam menggunakan sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres

akibat perilaku menyimpang ibu konseli. Konselor juga mencoba menerapkan terapi sholawat tibbil qulub kepada ibu konseli dan diharapkan ibu bisa menjadi lebih baik.

Konselor memilih sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres akibat perilaku menyimpang yang dilakukan ibu konseli. Terapi akan di terapkan kepada konseli dengan harapan terapi ini bisa membantu konseli mengatasi stres. Makna dari sholawat tibbil qulub yaitu penyembuh atau obat hati yang bertujuan untuk mententramkan hati konseli untuk lebih bersyukur dan selalu mendatkan diri kepada Allah. Dengan cara ini diharapkan konseli dan ibu bisa lebih menyibukkan hatinya hanya untuk mengingat Allah agar konseli lebih semangat dalam menjalani kehidupan, dann juga bisa lebih berfikir sehat dalam membuat keputusan, dan selalu melibatkan Allah dalam semua urusan.

4. *Treatment* atau Terapi

Setelah merencremajaan jenis bantuan dalam prognosis, selanjutnya konselor melanjutkan dengan menggunakan sholawat tibbil qulub untuk mengatasi permasalahan konseli dan untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan konselor membantu menyelesaikan permasalahan konseli.

Dengan video lirik sholawat tibbil qulub yang berisi liki dan juga arti dalam Bahasa Indonesia memudahkan konseli memahami

makna yang terkadang dalam sholat tibtal qulub, diharapkan bisa merubah pemikiran negatif konseli menjadi pikiran positif dan semakin mendekati diri kepada Allah, selalu mengingat Allah dan percaya bahwa Allah yang bisa membolak balikkan hati manusia.

Tahap-tahap yang dilakukan konselor dalam pelaksanaan terapi islam menggunakan sholat tibtal qulub untuk mengatasi stres akibat perselingkuhan seorang ibu yaitu, diantaranya:

1) Tahap Pertama

Konselor mengawali dengan tahap pemberian motivasi kepada konseli agar selalu menjaga kesehatan, tidak terlalu berfikir keras tentang masalah yang ia hadapi , yakin bahwa Allah maha membolak-balikkan hati manusia, serta konselor mengajak konseli melakukan hal-hal yang positif dengan selalu berdzikir kepada Allah.

a) Motivasi Sesi 1

Pada motivasi sesi 1, konselor melakukan wawancara dengan konseli. Konseli menyampaikan bahwa konseli takut jika perselingkuhan ibunya suatu saat terbongkar dan menyakiti hati istri paman, dan membuat kedekatan keluarganya hancur karena perbuatan

ibunya. Konselor berusaha memotivasi konseli supaya tetap berpikir positif dan selalu berdoa dan berdzikir kepada Allah karena yang bisa mengubah hati manusia hanyalah Allah.⁴⁶ Pada motivasi sesi 1 ini konselor menjelaskan kepada konseli makna dalam sholat tibbonul qulub dan meminta konseli menghayati maknanya.

b) Motivasi Sesi 2

Pada motivasi sesi 2 ini, konselor melakukan wawancara dengan konseli, konseli memberitahu bahwa hari ini ibunya akan menjenguk konseli sendirian tanpa paman, konseli sangat senang dan akan menceritakan pelan-pelan apa yang konseli rasa selama ini kepada ibunya. Konseli merasa Allah mengabulkan do'anya, karena konseli berdo'a agar ibunya menjenguk sendirian. Konselor memberi motivasi kepada konseli untuk selalu berdoa karena apa yang kita inginkan hanya Allah yang maha mengabulkan dan mendengar.⁴⁷ Konselor meminta konseli membayangkan arti sholat tibbonul qulub, membayangkan bahwa

⁴⁶ Hasil wawancara dengan Konseli pada tanggal 13 Oktober 2021

⁴⁷ Hasil Wawancara dengan Konseli pada tanggal 16 Oktober 2021

nabi Muhammad hadir dan membelai kepada konseli dan mengatakan bahwa Nabi Muhammad bisa menenangkan hati, menyembuhkan penyakit.

c) Motivasi Sesi 3

Pada motivasi sesi 3 ini, konselor main ke kamar konseli.⁴⁸ Pada tahap motivasi sesi 3 ini konseli sudah mulai memahami makna yang terkandung dalam sholawat tibbonul qulub, dan jika konseli membaca sholawat konseli menangis karena begitu dalam menghayati makna dan merasakan kehadiran Nabi Muhammad SAW.

2) Tahap Kedua

Setelah tahap pertama dilakukan kurang lebih 1 minggu, tepatnya pada tanggal 13 Oktober 2021 konselor mulai memberitahu konseli tentang sholawat tibbonul qulub, manfaat, faedah yang terkandung dalam sholawat tibbonul qulub melalui video lirik dan arti. Konselor memberikan terapi ini dengan tujuan supaya

⁴⁸ Hasil Wawancara dengan Ibu Konseli pada tanggal 17 Oktober 2021

konseli lebih semangat dalam menjalani kehidupan.

Sholawat Thibbil Qulub memiliki manfaat sebagai bacaan doa yang dikabulkan dengan cara rutin membaca dan mengamalkannya sebagai wirid dan dzikir akan menjauhkan dari penyakit fisik dan berat, mengobati tubuh dari beberapa infeksi (memberi kesehatan), menambah berat badan jantung, tubuh dan otak lebih ringan, memulihkan dan memperbaiki inti dari sifat tak termaafkan dan ketegangan atau keraguan, dan memberikan cahaya dan cahaya untuk mata hati. Ustadz Yusuf Mansyur pernah menjelaskan bahwa Sholawat Thibbil Qulub tidak boleh dibaca hanya ketika lemah, tetapi juga dibaca ketika padat yang berharga seperti tabungan amal saleh.

Bacaan sholawat Tibbil Qulub :

وَدَوَائِهَا الْقُلُوبِ طِبِّ مُحَمَّدٍ سَيِّدِنَا عَلَيَّ صَلِّ اللَّهُمَّ
وَضِيَائِهَا الْأَبْصَارِ وَنُورِ وَشِفَائِهَا الْأَيْدَانِ وَعَافِيَةِ
وَسَلْمٍ وَصَحْبِهِ إِلَيْهِ وَعَلَيَّ

“Ya Allah, limpahkanlah sholawat kepada junjungan kami Muhammad yang tidak lain adalah penyembuh hati dan obatnya, dia memberikan

badan dan mengobatinya, dia adalah cahaya mata hati dan sinarnya, dia menjadikan jasad kuat. Limpahkanlah sholawat kepada keluarganya dan para sahabatnya.”⁴⁹

Makna bahasa jawa:

“Ya Allah mugi paringo selamet dateng Nabi Muhammad ingkang dados tomo lan obat kangge mana kito, kangge kesehatan lan warase badan, cahya lan sinar kangge peningal, soho dateng keluarga lan shohabat Nabi.”

Kemudian setelah konselor memberikan penjelasan mengenai manfaat sholawat Thibbil Qulub, konselor meminta konseli membaca sholawat tersebut setiap hari dan dijadikan sebagai doa dan dzikir setiap hari setelah sholat fardhu, saat konseli merasa kesepian, merasa was-was, dan merasa tidak tenang sholawat tersebut bisa dibaca untuk menenangkan hati konseli. Seperti pada makna sholawat tersebut sebagai obat hati agar bisa menjadi tenang serta penyembuh bagi segala macam penyakit hati dan badan. Karena manusia bisa sembuh bukan hanya pengaruh obat resep dari dokter,

⁴⁹ Fuad SN, *Shalluu Alan Nabiy*, hal. 109-110.

tetapi manusia juga membutuhkan obat spiritual agar lebih dekat dengan sang Maha penciptanya. Karena tidak ada kesembuhan melainkan kesembuhan dari Allah SWT.

3) Tahap Ketiga

Pada tahap ketiga ini bisa dikatakan tahap terakhir, tepatnya pada tanggal 14 November 2021 konselor melakukan konseling serta motivasi kembali dan melihat bagaimana perubahan konseli. Setelah melihat dan berbicara dengan konseli, konselor melihat adanya perubahan konseli. Konseli mulai bisa tersenyum dan tertawa dengan menceritakan keadaanya. Konseli juga mulai akrab dengan ibunya dan tidak memasang wajah cemberut. Ketika ibunya meminta bantuan pada konseli.

Konseli merasa bahwa semua ujian yang diberikan Allah kepada konseli itu melainkan Allah percaya bahwa konseli orang yang kuat dan bisa menghadapi ujian ini dengan sangat sabar.

Teman sekamar konseli menceritakan bahwa sekarang konseli lebih ceria dan sangat suka makan, padahal dulu konseli selalu tidak selera melihat makanan, teman

konseli bercerita bahwa konseli sekarang lebih senang berbaur dan jarang menyediri seperti sebelumnya.

4) Evaluasi dan *Follow Up*

Evaluasi dan *Follow Up* merupakan tahap terakhir yang dilakukan dalam proses bimbingan dan konseling Islam. Tahap ini dilakukan untuk melihat bagaimana hasil terapi sholatat Thibbil Qulub untuk mengatasi stres seorang remaja akibat perselingkuhan seorang ibu. Tahap ini dilakukan dengan melakukan proses wawancara dan observasi. Karena terkendalanya informan dalam penelitian ini, maka konselor melakukan wawancara dan observasi kepada konseli, ibu, dan teman konseli untuk mengetahui sejauh mana tingkat perubahan yang di alami konseli setelah penerapan konseling Islam dengan sholatat Thibbil Qulub. Perubahan yang ada pada diri konseli adalah mulai perilaku dan sikap konseli, bahwa dalam serangkaian proses yang dilakukan konselor, ibu, dan teman konseli membawa dampak yang begitu baik, konseli mulai bisa ceria kembali, sudah bisa berbaur dengan temannya. Dari perubahan di atas ibu konseli menginginkan agar konselor

tidak berhenti berkunjung ke kamar konseli untuk hanya sekedar menjenguk, berbagi cerita, memberi motivasi kepada konseli agar selalu semangat menjalani hidupnya.

2. Deskripsi perubahan perilaku menyimpang seorang ibu pada remaja setelah di lakukan terapi sholawat tibbil qulub di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya

Setelah melakukan proses konseling Islam untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya. Selanjutnya, peneliti ingin mengetahui hasil akhir dari proses konseling dengan sholawat Thibbil Qulub diketahui adanya perubahan dalam diri konseli meskipun perubahan yang terjadi secara bertahap pada diri konseli. Untuk melihat perubahan yang terjadi pada diri konseli, konselor melakukan beberapa kali pertemuan dengan konseli. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan kepada konseli, ibu, dan teman konseli bahwa proses

konseling yang dilakukan terdapat perubahan. Berikut ini dapat diketahui perubahan yang ada pada diri konseli yaitu:

a. Konseli perlahan mulai bisa tersenyum dan tertawa dengan menceritakan keadaannya yang sekarang.

b. Konseli mulai bisa bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh Allah yaitu diberikan ibu yang sangat sayang kepada konseli.

c. Konseli mulai merasa lebih baik, terlihat dari sikapnya yang mulai berbaur dengan semua orang.

d. Konseli dari yang semula mempunyai sikap yang keras kepada ibunya, sekarang konseli bisa menjaga sikap dan perkataannya. Sebab konseli merasa bahwa selama ini ibunya yang selalu ada disaat konseli sedih dan juga yang selalu menyangi konseli.

Deskripsi hasil penjelasan tersebut didapatkan dari pengamatan konselor dengan melakukan wawancara kembali kepada konseli, ibu dan teman konseli untuk mengevaluasi dan follow up pada permasalahan yang terjadi pada diri konseli.

Setelah konselor menetapkan terapi sholatat Thibbil Qulub untuk mengatasi stres akibat perselingkuhan seorang ibu pada remaja konselor berharap sedikit demi sedikit dapat merubah pola apikir dan perilaku konseli ke arah yang positif. Gejala gejala yang timbul sebelum dilakukan terapi adalah konseli merasa hidupnya tidak berarti melihat ibunya berselingkuh dengan pamannya sendiri, konseli tidak percaya adanya cinta sejati, konseli mengira ibunya tidak menyayanginya.

Tabel 4.2

Kondisi Konseli Sesudah Mendapat Terapi

No	Kondisi konseli	Penelitian		
		A	B	C
1	Konseli menjadi pendiam			V
2	Konseli merasa ibu tidak sayang dengannya			V
3	Tidak dapat mengontrol emosi		V	
4	Tidak nafsu makan			V
5	Konseli tidak percay cinta dan ketulusan			V

6	Konseli selalu murung			V
7	Konseli tidak mau berbaur dengan teman			V

Keterangan:

A: Masih dilakukan

B: Kadang-kadang atau jarang

C: Tidak Pernah

Dari tabel diatas dapat ditarik kesimpulan, bahwa setelah penerapan sholawat Thibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu Pada Remaja Di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabayaterjadi perubahan sikap dan perilaku pada diri konseli. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara peneliti dengan konseli, ibu, teman konseli. Ibu konseli juga menceritakan bahwa sekarang konseli sudah tidak memasang wajah cemberutt dan mulai mau bercerita dengan ibu. Saat peneliti berada di rumahnya, konseli juga menyambut dengan senang dan berterimakasih karena sudah membantunya dan konseli sangat senang jika ibunya menyuruh konseli membantu melakukan sesuatu. Sedangkan untuk melihat tingkat keberhasilan dan kegagalanterapi sholawat tibbil qulub, peneliti berpedoman pada prosentase kualitatif dengan standart uji perubahan perilaku sebagai berikut:

1. 75% - 100% (dikategorikan berhasil)
2. 60% - 75% (cukup berhasil)
3. < 60% (kurang berhasil)⁵⁰

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa setelah mendapatkan Konseling Islam dengan Sholawat Thibbil Qulub terjadi perubahan kearah yang lebih baik. Untuk lebih jelasnya mengenai perubahan yang tampak pada diri konseli sesudah dilakukan proses konseling sesuai dengan persentase sebagai berikut:

1. Gejala yang tidak pernah : $6/7 \times 100 = 86\%$
2. Gejala kadang-kadang : $1/7 \times 100 = 14\%$
3. Gejala masih sering dilakukan : $0/7 \times 100 = 0\%$

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam proses Konseling Islam dengan Sholawat Thibbil Qulub yang dilakukan oleh konselor dan konseli dapat dikatakan berhasil dengan persentase 86%. Hal ini sesuai standart uji yang tergolong dalam kategori 70% sampai dengan 100% yang dikategorikan berhasil.

⁵⁰ Ismail Nawawi Uha, Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Aplikasi untuk Ilmu Sosial, Ekonomi/Ekonomi Islam, Agama Menejemen, dan Ilmu Sosial Lainnya, (Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya, 2012), hal. 284.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Perspektif Teori

a. Proses Terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di kelurahan banjarsugihan kecamatan tandes surabaya

Proses Analisis Terapi sholawat tibbil qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di kelurahan banjarsugihan kecamatan tandes surabaya. Untuk mengetahui analisis proses pelaksanaan terapi Sholawat Tibbil Qulub untuk mengatasi stres akibat perselingkuhan seorang ibu pada di kelurahan Banjarsugihan Surabaya maka peneliti sekaligus konselor menggunakan analisis deskriptif kualitatif, merupakan suatu bentuk metode penelitian kualitatif yang menjelaskan suatu objek dan kenyataan yang berada di lapangan dalam bentuk kualitatif dan menganalisis data yang sudah dikumpulkan berdasarkan analisis deskriptif. Analisis deskriptif adalah menganalisis data berdasarkan kejadian-kejadian atau fenomena-fenomena yang terjadi di lapangan dan kemudian di kaitkan dengan pendapat-pendapat yang sudah ada.

Tabel 4.3

Perbandingan data teori dengan data lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1.	<p>Identifikasi masalah</p> <p>Langkah ini bertujuan untuk memahami gejala apa saja yang nampak dan ada pada diri konseli, dimana gejala-gejala tersebut dapat didapatkan melalui wawancara dan observasi ke beberapa sumber</p>	<p>Dalam penelitian ini konselor melakukan tahapan identifikasi masalah yang dilakukan pada saat awal proses konseling. Hasil yang diperoleh yaitu konseli merasa hidupnya berubah semenjak ibunya memiliki hubungan gelap dengan paman, konseli</p>
2.	<p>Diagnosis</p> <p>Langkah konseling yang bertujuan untuk menyimpulkan masalah apa yang sedang</p>	<p>Dalam penelitian ini konselor melakukan diagnosis masalah yang dihadapi konseli yaitu konseli mengalami stres akibat perselingkuhan yang dilakukan ibu.</p>

	dihadapi oleh konseli	
3.	<p>Prognosis</p> <p>Langkah konseling yang dilaksremajaan untuk menetapkan jenis bantuan atau treatment apa yang akan digunakan dalam menyelesaikan masalah konseli.</p>	<p>Dalam hal ini konseli menetapkan teknik terapi sholawat tibbil qulub menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli.</p>
4.	<p>Treatment atau terapi</p> <p>Langkah konseling ini merupakan langkah konseling dengan memberikan bantuan kepada konseli.</p>	<p>Treatment atau terapi yang digunakan dalam hal ini adalah sholawat tibbil qulub. Adapun tahap-tahap yang digunakan oleh konselor yaitu tahapan identifikasi masalah, penyebab stres, relaksasi dengan memasukan bacaan sholawat tibbil qulub untuk membuat hati dan</p>

		pikiran konseli menjadi tenang.
5.	Evaluasi dan follow up Langkah konseling ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana proses konseling ini berhasil dan apa perubahan yang terjadi pada diri konseli.	Konselor melakukan evaluasi dan follow up terhadap konseli dengan kembali mewawancarai konseli dan teman konseli sehingga diperoleh hasil perubahan dari diri konseli.

Peneliti telah melaksanakan proses terapi yang sesuai dengan tahapan-tahapan dan sesuai dengan langkah-langkah yang tertera pada teori dan teknik konseling. Langkah-langkah tersebut yakni: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi dan yang terakhir adalah evaluasi dan follow up. Dengan melaksanakan 5 langkah tersebut, peneliti atau konselor dapat menjelaskan data dan proses konseling secara deskriptif dan sistematis.

b. Perubahan Perilaku Pada Remaja Setelah di lakukan Terapi Sholawat Tibbil Qulub di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya

Hasil perubahan yang dialami oleh konseli adalah sebagai berikut: konseli menjadi ceria, tidak murung, dan konseli sadar bahwa ibu sangat menyayanginya, konseli mulai bisa mengontrol emosi, konseli juga sudah mau memiliki teman laki-laki dan sudah bisa membaaur dengan teman-teman.

Tabel 4.4
Perbedaan Perilaku Konseli
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Terapi

No.	Sebelum Dilakukan konseling	Sesudah dilakukan Konseling
1.	Menjadi pendiam	Lebih ceria
2.	Menganggap tidak di sayang ibu	Konseli menyadari bahwa ibu sangat

		menyayangiya
3.	Tidak dapat mengontrol emosi	Dapat mengontrol emosi
4.	Kehilangan nafsu makan	Lebih nafsu makan
5.	Konseli tidak percaya cinta dan ketulusan	Mulai percaya cinta dan ketulusan
6.	Konseli selalu murung	sudah tidak pernah murung
7.	Konseli tidak mau berbaur dengan teman	Sudah bisa berbaur dengan temannya

Perubahan yang dialami oleh konseli sangat menunjukkan perubahan yang positif, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi sholatat tibbil qulub dapat merubah perilaku negatif menjadi positif.

2. Perspektif Islam

Setiap manusia diberi cobaan dari Allah salah satunya seperti yang ada dipermasalahan

ini yaitu stres, stres merupakan ujian dari Allah, dan siapa yang bersabar dan berikhtiyar pasti akan bisa melewati ujian dari Allah. Ikhtiyar untuk mengatasi stres dalam penelitian ini dengan menggunakan terapi Sholawat Tibbil Qulub.

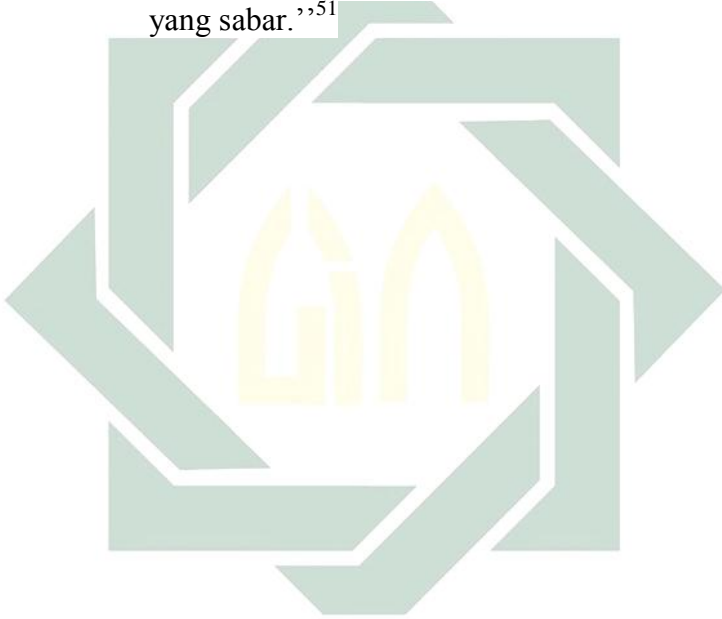
Penelitian ini konselor menggunakan Terapi sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu. Stres merupakan penyakit jiwa pada manusia, sholawat tibbil qulub merupakan sholawat syifa atau obat bagi segala penyakit maka dari itu sholawat ini sangat cocok untuk mengatasi permasalahan konseli. Bacaan Sholawat Tibbil Qulub di ambil dari kitab Mafaatihul as-sa'adaah fi Sholawat. Sholawat Tibbil Qulub dianjurkan oleh Nabi Muhammad untuk dibaca, banyak yang mengamalkan Sholawat Tibbil Qulub untuk menolak berbagai macam penyakit dan memohon kesembuhan pada Allah SWT sebab faedah membaca Sholawat Tibbil Qulub untuk menjaga tubuh dan menjadi obat penyakit batin maupun dhoir.

Stres merupakan reaksi tubuh yang muncul saat seseorang mengalami ancaman, dan merasa tidak nyaman. Dikarenakan ada perubahan yang sangat signifikan yang dialami konseli. Islam mengenal stres sebagai bentuk cobaan yang diberikan Allah untuk menguji hambanya.

Q.S Al-Baqoroh : 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالذَّمِّ وَالنَّمْرِ وَبَشْرٍ الصَّابِرِينَ

“ dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar.”⁵¹



⁵¹ Al-Qur'an, *Al Baqarah* : 155

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang disajikan dan dianalisis di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. Proses terapi sholatwat tibbil qulub untuk mengatasi stres pada remaja akibat perselingkuhan ibu di kelurahan banjarsugihan kecamatan tandes surabaya, terdapat lima langkah proses konseling yang telah dilakukan yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi, dan evaluasi atau follow up. Sedangkan penerapan terapi sholatwat tibbil qulub untuk mengatasi stres akibat perselingkuhan seorang ibu pada remaja melalui tiga tahap, yaitu tahap pertama adalah memberikan motivasi kepada konseli sebelum memulai pemberian terapi bacaan sholatwat Thibbil Qulub kepada konseli, tahap kedua yaitu pemberian terapi melalui bacaan sholatwat Thibbil Qulub melalui video lirik agar mempermudah konseli untuk menghafal dan mengerti makna sholatwat Thibbil Qulub dengan konselor memberi arahan dan penjelasan mengenai manfaat sholatwat Thibbil Qulub supaya sholatwat tersebut dijadikan sebagai doa dan dzikir setiap hari setelah sholat fardhu, tahap ketiga atau terakhir yaitu konselor memberikan pemantapan serta motivasi kembali agar konseli lebih semangat menjalani hidupnya

- serta melihat seberapa jauh perubahan yang dialami konseli.
2. Hasil perubahan perilaku konseli setelah dilakukan terapi sholawat tibbil qulub di Kelurahan Banjarsugihan Kecamatan Tandes Surabaya, dapat dikatakan berhasil dengan melihat persentase yang ada, yaitu sebanyak 86%. Hal ini dapat dilihat dari perubahan konseli sendiri, konseli yang dulu egois tidak memikirkan perasaan remaja, sekarang lebih peduli dan mau mendengarkan keinginan remaja. Konseli juga yang awalnya selalu ketakutan jika perselingkuhannya terbongkar sekarang menjadi lebih tenang karena konseli mau mengakhiri perilaku menyimpang tersebut.

B. Rekomendasi

1. Bagi konselor

Diharapkan konselor dapat menambah wawasan dan pengetahuannya dalam konseling baik teori maupun teknik konseling sehingga dapat lebih optimal dalam menghadapi berbagai macam permasalahan dengan berbagai konseli lainnya di kemudian hari. Disarankan kepada penelitian berikutnya untuk meneliti permasalahan yang dialami ibu konseli.

2. Bagi konseli

Lebih baik bisa menghilangkan rasa selalu menyalahkan diri sendiri akibat perilaku ibunya, belajar menerima apa adanya dan selalu

mensyukuri nikmat dan karunia yang Allah berikan kepadanya.

3. Bagi pembaca

Dalam membaca diharapkan bijak dalam memahami penelitian ini dan mengambil yang bermanfaat dalam penelitian ini.

C. Keterbatasan Penelitian

Dengan pandemi Covid-19 pada tahun 2021, peneliti dibatasi oleh beberapa kendala. Diantaranya terbatasnya kesempatan untuk melakukan wawancara dan treatment dengan konseli, serta penggunaan masker yang membuat konselor sedikit kewalahan dalam membaca artikulasi juga menjadi kendala dalam ulasan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah, J. Y. (2014). *Stres? So What*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- al-Gifari, A. (2003). *Selingkuh Nikmat yang Terlakanat*. Bandung: Mujahid.
- Al-Qur'an. (n.d.). *Al-Baqarah:155*.
- Al-Qur'an. (t.thn.). *An-Nisa:2*.
- Al-Qur'an. (t.thn.). *Ghafir:44*.
- Arif, W. (t.thn.). Perselingkuhan Sosial Ditinjau dari Teori Kelekatan. *Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Ilmu-Ilmu Sosial*.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar*. Sulawesi: Edukasi Mitra Grafika.
- ash-Shawiy, S. A. (n.d.). *Kitab al-Asrar ar-Rabbaniyyah wa al-Fuyudh ar-Rahmaniyyah 'ala Shalawat ad-Dardiriyyah*.
- Aus, A. b. (2008). *Fathur Qarib Mujib*. Surabaya: Al-Haromain Surabaya.
- Az-Zahrani, M. b. (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani.
- Bastian, A. (2012). Perselingkuhan sebagai Kenikmatan Menyesatkan. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.

- Baswardono, D. (2007). *Poligami itu Selingkuh*. Yogyakarta: Galang Press.
- Citra, B. (n.d.). Retrieved Desember 8, 2020, from Orang Tua Selingkuh, Ini Dampak Buruk Terhadap Remaja:
<https://lifestyle.bisnis.com/read/20131208/236/191118/orangtua-selingkuh-ini-dampak-buruk-terhadap-remaja>
- Fadillah, N. (t.thn.). *Metode anti Perselingkuhan & Perceraian*. Genius Publisher.
- Faqih, K. M. (2018). *Majmu'ah Maqruat Yaumiyah Wa Usbu'iyah*. Lamongan: Langitan Press.
- Hadari Nawawi, d. (1996). *Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hakim, L. (2012). *Terapi Qurani: untuk Kesembuhan dan Rizki Tak Terduga*. Jakarta: Link Consulting.
- Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 6 September pukul 16.00 WIB.* (n.d.).
- Hasil wawancara dengan konseli 7 oktober 2021.* (n.d.).
- Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 13 oktober 2021.* (n.d.).
- Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 16 oktober 2021.* (n.d.).
- Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 17 oktober 2021.* (n.d.).

- Hasil wawancara kepada tetangga konseli tanggal 10 oktober 2021. (n.d.).*
- Hawari. (2006). *Marriage Counseling (Konsultasi Perkawinan)*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Rineka Cipta.
- Lubis, S. A. (2007). *Konseling Islami*. Yogyakarta: ELSAQ Press.
- Margono. (2007). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Moleong, L. J. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muhyidin, M. (2009). *Sholawat Nabi*. Jogjakarta: Diva Press.
- Ningsih, Y. (2020). *Kesehatan Mental*. Surabaya: Uinsa Press.
- Pudjiastiti, P. (2009). *Sosiologi untuk SMA/MA kelas X*. Jakarta: PPDPN.
- Rosenberg, K. P. (2018). *Infidelity: why men and women cheat*. New York: De Capo Press.
- S, I. A. (2003). *Panik: Neurosis dan Gangguan Cemas*. Jakarta: PT. Dian Ariesta.
- SN, F. (2018). *Shallu Alan Naby*. Jakarta Selatan: Turos Pustaka.

- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Soewadji, J. (2012). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Sudarno, P. (2009). *Manajemen Terapi Motivasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sudirman, N. A. (2020). Pengaruh Mendengarkan Terapy Sholawat Terhadap Penurunan Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. *Borneo Student Research*.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2010). *Stres dan Cara Mengurangnya*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukardi. (2009). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukardi, D. K. (2000). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Syaid, N. (2019). *Penyimpangan Sosial dan Pencegahannya*. Semarang: Alprin.
- Taufiq. (2006). *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*. Jakarta: Grma Insani.

- Uha, I. N. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Aplikasi untuk Ilmu Sosial, Ekonomi/Ekonomi Islam, Agama Menejemen, dan Ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya.
- Unika Prihatsanti, S. W. (2018). Menggunakan Studi Kasus sebagai Metode Ilmiah dalam Psikologi. *Jurnal Buletin Psikologi*.
- Waskito, A. (2009). *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*. Jakarta: Wahyu Media.
- Yusuf, W. (n.d.). Retrieved Februari 16, 2020, from Sholawat Tibbil Qulub: <https://wakidyusuf.wordpress.com/2020/02/16/sholawat-thibbil-qulub-4/>